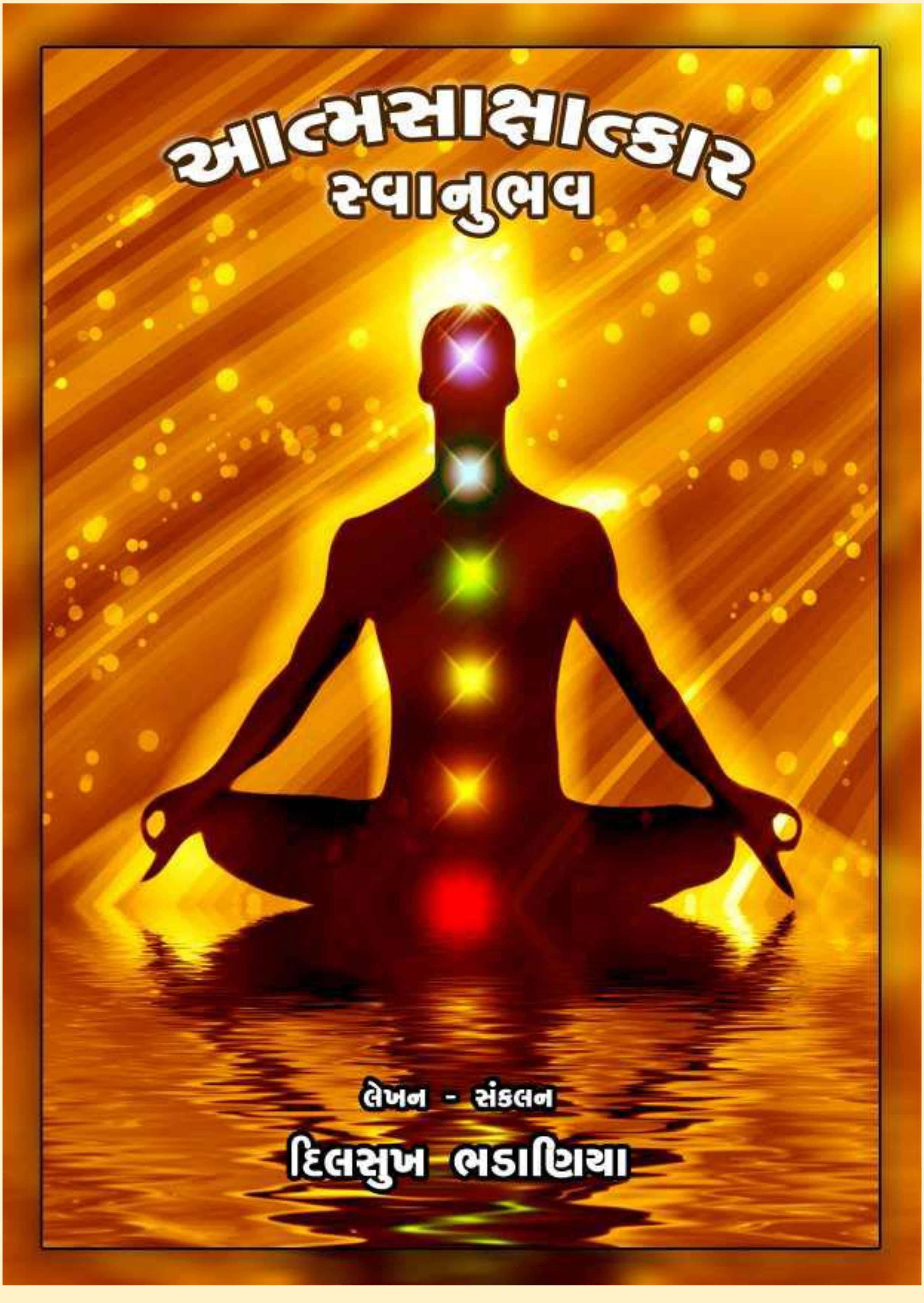

આત્મસાક્ષાત્કાર
સ્વાનુભવ
લેખન - સંકલન
દિલસુખ ભડાણિયા

ॐ

॥ શ્રીસદ્‌ગુરુભ્યો નમઃ ॥

આત્મસાક્ષાત્કાર-સ્વાનુભવ

લેખન-સંકલન

શ્રી દીલસુખભાઈ ભડાણીયા

-- : : --

મેરા મુઝમે કછુ નાહિં, જો કછુ હે સો તેરા;

તેરા તુજકો સોંપતે, ક્યા લગે ગો મેરા ।

જો કછુ કીયા તુને કીયા, મૈં કછુ કાયા નાહિં;

અગર કહું મૈને કીયા, તુમ હી થે મુજ માહિં ॥

-- : : --

સરનામું

શ્રીદીલસુખભાઇ કે ભડાણીયા

"મુક્તિ" શાંતિનગર સોસાયટી- , ગુંદાળા રોડ, ગોંડલ. પીનકોડ-૩૬૦૩૧૧.
(સૌરાષ્ટ્ર-ગુજરાત) મો : +૯૧-૯૪૨૭૪ ૩૪૮૩૫.

આ ત્મ સા ક્ષા ત્કા ર – સ્વા નુ ભ વ

સંપાદક અને લેખક

શ્રી દીલસુખભાઈ કે ભડાણીયા

પ્રથમ આવૃતિ : **૩૦ જુલાઈ ૨૦૨૨ .**

પ્રથમ આવૃતિના હાર્દને-વિષયાર્થને જાળવીને સાધક મિત્રોના સુઝાવ
અને નિર્દેશ અનુસાર સુધારેલ બીજી આવૃતિ : **૨૩ માર્ચ ૨૦૨૩ .**

મુલ્ય

સાધકને માટે માર્ગદર્શક અને પ્રેરણારુપ થાય એ જ મુલ્ય.

પ્રકાશક

શ્રી દીલસુખભાઈ કે ભડાણીયા

પરામર્શક

શ્રીભુપતભાઇ નાથાભાઇ ડઢાણીયા

ટાઇટલ ક્રિએશન, ગ્રાફિક્સ અને ટાઇપ સેટીંગ

શ્રીઅલ્પેશ ટાંક

લે આઉટ

શ્રીનટવરલાલ આહલપરા અને શ્રીહિતેશ સિનરોજા

સરનામું

શ્રીદીલસુખભાઇ કે ભડાણીયા

"મુક્તિ" શાંતિનગર સોસાયટી- , ગુંદાળા રોડ, ગોંડલ. પીનકોડ-૩૬૦૩૧૧.

(સૌરાષ્ટ્ર-ગુજરાત) મો : +૯૧-૯૪૨૭૪ ૩૪૮૩૫.

પ્રસ્તાવના

શ્રીદીલસુખભાઈ ભડાણીયા લિખિત પુસ્તક **"આત્મસાક્ષાત્કાર – સ્વાનુભવ"** એક આધ્યાત્મિક યાત્રા અંગેનો તેમનો પોતાનો અનુભવ વર્ણવતું તગડું પુસ્તક છે.

આમ તો શ્રીદીલસુખભાઈ અને મારો પરિચય ત્રણ દાયકા કરતાં વધારે સમયનો છે. એક વખત અમે બને એક જીલ્લામાં સાથે સરકારી સેવા બજાવી રહયા હતા. તે વખતની મારા મનમાં શ્રીભડાણીયા સાહેબની છાપ એક સંનિષ્ઠ, કર્તવ્ય પરાયણ, નિષ્ઠાવાન, સખત મહેનતુ, લોકોની તકલીફ કેવી રીતે દૂર કરવી તેની સતત જાગૃતતા, માયાળુ અને નિખાલસ પ્રમાણિક અધિકારી તરીકેની છે. વચ્ચે થોડો સમય સંપર્ક વગરનો ગયો. તાજેતરમાં થોડા સમય પહેલા તેમનો ફોન આવ્યો અને જુની યાદો તાજી થઈ ગઈ. વ્યવહારિક પૂછપરછ પછી પૂછયું કે હાલમાં શું કરો છો? તેમણે તેમની આધ્યાત્મિક યાત્રા વિષે વિસ્તારથી વાત કરી અને તેમણે હસ્ત લિખિત પ્રત/પુસ્તકો મોકલ્યા. મેં તે વિગતથી વાંચી અને ફરીથી વાંચી અને બીજા બે ત્રણ મિત્રોને આ વિષયમાં રસ ધરાવતા હતા તેમને મોકલી. મારા મિત્રોને અને મને ખૂબ જ મજા આવી અને આનંદદાયક પ્રતિભાવ મળ્યો.

મને વિચાર આવ્યો કે આ હસ્ત લિખિત પ્રત આપણી કાઠયાવાડી લઢણમાં લખાયેલ સરસ માહિતીસભર પુસ્તક છે. તેને પ્રિન્ટ કરાવીએ તો કેવું કે જેથી કરીને આ વિષયમાં રસ ધરાવતા વાચકવર્ગ માટે એક સારા અનુભવનું અમૃત પ્રાપ્ત થાય. શ્રીભડાણીયા સાહેબે તરત જ હકારાત્મક પ્રતિભાવ આપ્યો. મેં તેમને કહયું કે ગુજરાતી ભાષામાં આ વિષય ઊપર ખૂબ જ થોડું સાહિત્ય ઉપલબ્ધ છે. આ વિષય ઊપરનું એક પુસ્તક શ્રીમદ રામચંદજીનું ખૂબ જ સારું વિષય વસ્તુ સાથે ઉપલબ્ધ છે. સામાન્ય રીતે આ બાબત ગુરુ-શિષ્ય પરંપરાનો ભાગ હોય છે. અને ગુરુ તેમના યોગ્ય અને લાયક શિષ્યને તબક્કાવાર તેમને વ્યક્તિગત માર્ગદર્શન આપીને આગળ લઈ જાય છે. પરંતુ વિસ્તૃત વિગતો અને સાધનાની વિગતો તો ખૂબ જ જૂજ પ્રમાણમાં પુસ્તકના રુપમાં ગુજરાતીમા જોવા મળે છે.

શ્રીભડાણીયા સાહેબની સંમતિથી તેમની હસ્તપ્રતને પ્રિન્ટ કરવા માટે આગળ વિચારવાનું શરુ થયું. આ હસ્તપ્રતને ડિજિટલાઈઝ કરવા માટે શ્રીભુપતભાઈ ડઢાણીયા અને રાજકોટના બહુ પ્રતિષ્ઠિત ચાર્ટડ એકાઉન્ટન્ટ શ્રીપ્રફુલભાઈ પટેલ એમ બને સદગૃહસ્થોનો સ્વેચ્છાએ સહયોગ સાંપડયો છે. આ તબક્કે શ્રીભુપતભાઈ ડઢાણીયા અને શ્રીપ્રફુલભાઈ પટેલનો જેટલો આભાર માનીએ તેટલો ઓછો છે.

આ હસ્તપ્રત પુસ્તકને ડિજિટલાઇઝ સ્વરુપમાં રુપાંતર કરવા માટે જે મહેનત દાખવી છે તે બદલ ભાઈ શ્રીનટવરભાઈ આહલપરા, શ્રીહિતેશભાઈ સિનરોજા અને શ્રીઅલ્પેશભાઈ ટાંકનો પણ ખૂબ ખૂબ આભાર.

આ વિષયમા રસ ધરાવતા જિજ્ઞાસુઓને આ પુસ્તક જરુરથી ઉપયોગી થશે તેમા બે મત નથી. શ્રી ભડાણીયા સાહેબનો પણ તેમની આ યાત્રાનો અનુભવ પુસ્તકરુપે પ્રગટ કરવા બદલ આભાર માનીએ.

તબક્કાવાર સતત સાધના અને ગુરુમહારાજની કૃપાથી તેમની આ આધ્યાત્મિક યાત્રાનો અનુભવ જિજ્ઞાસુઓને જરુરથી પથદર્શક પૂરવાર થશે જ.

ફરીથી શ્રીભડાણીયા સાહેબને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન સાથે અંતરથી ખૂબ જ શુભેચ્છાઓ, જય ભગવાન....

તા. ૩૦-૦૫-૨૦૨૨ હરિભાઈ વ. પટેલ IAS (R)

સાધક-વાચકનો પ્રતિભાવ

ધર્મની બાબતમાં કંઇ પણ લખવું જોખમ વહોરી લેવા બરાબર છે. સામાન્ય રીતે આપણે જે ધર્મ જાણીએ છીએ તે આપણને પેઢી-દરપેઢી વારસામા મળતો હોય છે. આમ પણ માણસ વાનર કહેવાય છે. વાનર હમેશા નકલ કરતો હોય છે. તો આ વાનર મા-બાપ, દાદા-દાદીને અને સમાજને જોઈને તેમાથી અકલ વાપર્યા વગર નકલ કરતાં કરતાં ઘણું બધ શીખી લે છે.

આપણે ઉમરમાં નાના હોઈએ, ત્યારે જોયું હશે કે દાદા-દાદી પૂજા કરતા પહેલા સ્નાન કરતા હોય છે. સ્નાન કરીને પૂજાના ઓરડામાં જાય તે દરમ્યાન જો કોઈ બાળક તેમને ભૂલથી સ્પર્શ કરી લે તો ફરી સ્નાન કરવું પડે છે. પૂજા દરમ્યાન બાળકો રમતા હોય અને અવાજ કરે તો તેમની પૂજા-ધ્યાનમાં ખલેલ પડી જાય છે. આ પણ કેવું આશ્ચર્ય!

ભગવાન દરેકનું સૃજન પ્રેમથી સમાન રીતે કરે છે. તો આ અસમાનતા શા માટે! છતાં પણ આપણે ઉમરમાં મોટા થઈને શાસ્ત્રાભ્યાસ કરી જ્ઞાન સંપાદન કરી સાધના કરીએ છીએ, તે પણ નકલ કરીને! અહીં અજાણતા ભૂલ કરીને આપણે ધર્મ પર રાખનું આવરણ પેદા કરી રહયા છીએ. માટે જ શ્રીકૃષ્ણએ ગીતામા કહયું છે, ‘જ્યારે જ્યારે ધર્મ પર અજ્ઞાન હાવી થાય છે ત્યારે ત્યારે તેને પ્રગટ કરવા હું (આત્મા રુપે મનુષ્યમાં) પ્રગટ થાઊં છું.’

ભલે, જ્ઞાન આપણે શાસ્ત્રો વાંચીને લીધું; પણ જ્ઞાન એ જ્ઞાન તો છે જ. સાધના કરતાં કરતાં આપણે કેટલીક શક્તિઓ પ્રાપ્ત કરી લઈએ છીએ. એ આપણી આસ્થા પર આધાર રાખે છે. સુંઠનો ગાંઠીયો વેચતા વૈધ બની ગયેલાની જેમ આ અધકચરા જ્ઞાનને આપણે સૈધાંતિક રીતે મૂલવી નથી સકતા. માટે જ આપણા પાસે, “ભારત સાધુઓ અને મદારીનો દેશ છે” તેનો આપણી પાસે જવાબ નથી. કોને દોષ આપશું!

સદભાગ્યે, કોઈક વા-નરને કોઈક સાચા પથદર્શક મડી જાય. તો એ વા-નર રુપી પ્રાણી શ્રધ્ધા અને ધીરજ સાથે પ્રાણીમાંથી માણસ બની ચોરાહા પર આવી જાય છે. ત્યાર પછી ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષનો ચોરાહો સમજમાં આવે છે. તે પહેલા નહી. સનાતન ધર્મની શરુઆત થાય છે ધ્વૈતથી. પહેલા સમજણ પેદા કરવા વિરોધાભાસમાં બાંટો. પછી તેમાથી બહાર નીકળવા – અધ્વૈતમા પ્રવેશવા ત્રીજાને જાણવા – બેથી બહાર નીકળવું પડે છે. આ ત્રિ-તત્વનો સિધ્ધાંત સમજવો પડે છે. સનાતન ધર્મ જીવનને સરળતાથી જીવી અને સમજી શકવા માટે તેના સિધ્ધાંતોને જીવન સાથે ઓતપ્રોત કરી દીધા હોઈ તેને વૈજ્ઞાનિક રીતે સમજ્યા વિના આગળ વધવું હતાશામાં પ્રવેશ કરાવી દે છે.

જીવન સંધ્યાએ પહોચેલો માણસ હતાશ થઈને શું કહે-અનુભવે છે – હે ભગવાન, હજી તું કેટલી કસોટી કરીશ? હે ભગવાન, મેં આટલા પૂજા-પાઠ, ધ્યાન, જપ-તપ કર્યા, તારા દર્શન તો થતા નથી!

જીવનનું પોતાનું એક કુદરતી વિજ્ઞાન છે. જે રીતે ધરતી પરના કાયદા કરતાં કુદરતી કાયદા ઊપર છે. તે જ રીતે ભૌતિક વિજ્ઞાનના સિધ્ધાંતો કરતાં જીવનના કુદરતી સિધ્ધાંતો ઊપર છે. આ વાત જો સમજાય તો પિતા ઉદાલકનો તેના પુત્રને સવાલ – શ્વેતકેતુ, તું એ એકને જાણી લાવ્યો, કે જેને જાણવાથી સર્વ જાણી સકાય છે? – આ પણ આપણને સમજમાં આવે.

આ પુસ્તકના લેખક શ્રીભડાણીયા સાહેબ તો મારા સીનિયર છે. મેં પ્રથમ તેમને હોસ્ટેલમા વિધાર્થી અવસ્થામા જોયેલા. અમારી બાજુની રુમમાં તેમના નાના ભાઈ રહેતા હતા. જે હાલમાં ડોક્ટર છે. ત્યાં તેઓ આવતા. બિલકુલ શાંત, સરળ અને નિર્લેપ લાગતા. ક્યારેય વાતચીત નહોતી થઈ. વરસો પછી અમારા ઉપરી અધિકારી તરીકે આવતાં તેમનો પરિચય થયો. સહકર્મચારીઓ કહેતા – સાહેબ, અલગ જ વ્યક્તિત્વ ધરાવે છે. મુલાકાતી ચિંતિત અવસ્થામાં આવે છે અને તેમની સમસ્યાનો ઉકેલ અને સાહેબ સાથે રામાયણ અને મહાભારતના પ્રસંગોની ચર્ચા-સત્સંગ કરતાં કરતાં આનંદિત થઈને વિદાય થાય છે.

આધ્યાત્મિક સિધ્ધાંત – અધ્વૈત, એકરસ, સમરસતા, ચેતના, સ્પંદન, જીવન એટલે શું? તેના પાયાના સિધ્ધાંતો પણ તેમની પાસેથી શીખવા મળ્યા. સદગુરુશ્રી સાથેના સત્સંગની વાતો તો તેઓ કરતા રહેતા. બાલયોગી મહારાજશ્રીના દર્શન પણ તેઓએ કરાવેલા. ત્યાર બાદ મારી બદલી થવાથી જુદા પડવું પડયું. પરંત સંપર્ક તો ચાલુ જ રહયો.

સદભાગ્યે મારો હાઈસ્કુલનો અભ્યાસ અને નોકરી ધાર્મિક સ્થળથી શરુ થયેલ. સત્ય તરફ ઝોક હોવાથી ધર્મમાં ઋચિ તો ખરી જ. સાધુ સંતોને સાંભળતો. સંતોષકારક માહિતી ક્યાંયથી મડતી નહોતી. એક અલગારી સંતનો જીવનમાં પ્રવેશ થયો. અજાણ રીતે તેમની કૃપા થતાં અભય અને સમજના ગુણો પેદા થયા. કોઈ પણ પડકારનો સામનો કરવાની સુઝ પેદા થઈ. ભેદ પારખવાની કુશળતા વિકસવા લાગી. અનેક લોકોએ અલગ-અલગ પુસ્તકો વાંચવા આપ્યા. વાંચતો ગયો. ધર્મનું પાયાનું જ્ઞાન સમજાતું ગયું.

જીવનમાં અકારણ કંઈ થતું નથી. આ વાત સમજાય તો સર્વનો સ્વીકાર સરળતાથી થાય છે. સર્વના સ્વીકાર સાથે નફરત દૂર થાય છે. પ્રેમનો ઉદભવ થાય છે. પ્રેમના ઉદય સાથે સ્વયંનો સમષ્ટિમાં વિલય થાય છે. જીવન આનંદમય બની જાય છે. અભય પ્રગટે છે.

ઉલટું વિચારીએ જીવન સુખમય બનાવવા અનુસાશન સ્વીકારવું પડે છે. અનુસાશન નિયમોથી ચાલે છે. નિયમો માણસ બનાવે છે. નિયમોથી જડતા આવે તો જીવન રુંધાય છે. જો નિયમોમાં સંશોધન ન કરવામાં આવે તો સુખની જગ્યાએ દુખ પેદા થાય છે.

પહેલી વાત કંઇપણ સ્વયં સ્ફુરિત એટલે કે કુદરતી રીતે થાય છે. જ્યારે બીજી વાત માટે આપણે પ્રયત્ન કરીએ છીએ. હવે જો કંઇક કરવું હોય તો પ્રયત્ન કરવો પડે છે, અને જે થતું હોય છે તે કુદરતી રીતે થાય છે. આ રીતે કંઈક કરતા રહેવાથી અહંમનો પ્રવેશ થઈ જાય છે. એવું કહેવાય છે કે "જે સતત ગતિમાન રહે છે તેને જગત–અસ્તિત્વ કહે છે. જે સતત વિસ્તરતું રહે તેને બ્રહ્મ કહે છે." આ રીતે બધું જ પરિવર્તનશીલ છે. અને આ રીતે ચેતનાના સ્વરુપ પણ બદલાય છે. તેને સમજવાની પધ્ધતિને સાધના કે વિજ્ઞાન કહે છે. અને એને જાણવા માટે જીવનમાં ઊંડા ઉતરવું પડે છે.

જીવન એટલે શું? માહિતી પુષ્કળ છે. અનુભવ બિલકુલ નથી. જીવનને જાણવા જે જીવી રહયા હોય તેનો અભ્યાસ કરવો પડે. બહાર અભ્યાસ કરીએ તો ડોક્ટર બની જઈએ અને પોતાની અંદરનો અભ્યાસ કરીએ તો? આ એક અજ્ઞાત ક્ષેત્ર છે આપણા માટે. આપણે તો જે સામે દેખાય તેને શરીર કહીએ છીએ અને જેના કારણે તે હલન–ચલન કરે છે તેને જીવ કહીએ છીએ. આ બનેને જોડે છે તેને શ્વાસ (વા) કહીએ છીએ. જો શ્વાસ ચાલતો બંધ થઈ જાય તો? રામ બોલો ભાઈ રામ કહીએ છીએ. આ રીતે આપણે તો શ્વાસના ચાલવાથી જીવી રહેલા વા–નર જ કહેવાઈએને!

જીવનને જાણવા માટે તેમા ઊંડા ઉતરવું પડે એ સમજાયું. શ્રીભડાણીયા સાહેબે પણ એ જ વાત અલગ રીતે કહી. મારી સમજનું તેઓએ સમર્થન કર્યું. એક ધરપત મળી કે હું સાચા રસ્તે હતો. અમને બનેને એક વસ્તુ તો સમજમાં આવી કે દુન્યવી–ભૌતિક (વિ)જ્ઞાનથી અધ્યાત્મ (વિ)જ્ઞાન ચડિયાતું છે. નોકરી–ધંધો જીવન નિર્વાહ માટે જરુરી છે. તેમા ગુંચવાવું જોઈએ નહી. વહેવારિક પ્રશ્નોના–સમસ્યાના સમાધાન માટે અમને કોઈ પણ ગોડફાધરની જરુર નથી પડી. અંતરાત્મા તેની સૂઝ આપતો ગયો અને ઉકેલ આવતા રહયા.

ઉપરોક્ત સ્પષ્ટતા એટલા માટે કરવી પડી કે આત્માનુભવ એ એક એવું જ્ઞાન છે કે જે જીવનને સરળ અને આનંદમય બનાવી દે છે. આ વસ્તુ જેટલી જલ્દી સમજાય અને તેમા આગળ વધાય એટલું જીવન આનંદમય બની જાય છે. હું શ્રીભડાણીયા સાહેબને પથદર્શક માની તેમનુ જરુર પડયે માર્ગદર્શન મેળવતો રહયો છું.

મારા વાંચન દરમ્યાન મને પહેલું પુસ્તક મળ્યું જે સ્વાનુભવને સહજતાથી ક્રમબધ્ધ રીતે દિવ્ય જ્ઞાનના અનભવ સુધી પહોચાડે છે. ખરેખર અદભુત પુસ્તક છે. અમુલ્ય છે. કેમ કે –

કોઈ એવું તત્વ કે શક્તિ છે જે આ સમગ્ર અસ્તિત્વનું સંચાલન કરે છે તેને નામ જે પણ આપીએ – પરમાત્મા, આત્મા, ભગવાન, ખુદા, અલ્લાહ, ગોડ, વગેરે વગેરે. તેને જાણવા માટેની બે પધ્ધતિઓ-વિધિઓ-વિજ્ઞાનને ધ્યાન (સંકલ્પ) અને ભક્તિ (સમર્પણ) કહે છે. તેના પારંગત મહાત્માઓ અને ભક્તો અનેક મળી રહે છે. આપણે પણ એ જ તો કરીએ છીએ! પરિણામ આપણે ભલીભાંતિ જાણીએ છીએ.

ઈચ્છીત પરિણામ માટે ત્રિ-તત્વનો સિધ્ધાંત મદદ રુપ થઈ શકે છે. જ્યારે કોઈ પથદર્શક ભક્તિ અને ધ્યાનનો સમન્વય કરીને તેને સહજ-સરળ બનાવી દે તો તેને સહજ યોગ કે જ્ઞાન કહેવામાં આવે છે અને તે વિજ્ઞાનને-વિધિને સદગુરુની કૃપા કે પ્રસાદ કહેવામા આવે છે.

પ્રવર્તમાન સમયમાં માણસ રિયલ-ટાઈમ રીઝલ્ટ જેમ કે ઈન્સટન્ટ કોફી, ફાસ્ટ ફુડ, વગેરે ઈચ્છે છે ત્યારે વેદ, શાસ્ત્રો, ઉપનિષદો વગેરેનો અભ્યાસ કરીને જ્ઞાન સુધી પહોચવાની ધીરજ કેવી રીતે રાખી શકે!

આ પુસ્તકમા ધ્યાન, ભક્તિ, સદગુરુશ્રી, મંત્ર વિજ્ઞાન, સાધનાનો પથ, સત્યની ઉપલબ્ધી, વગેરે અનેક પાસાઓનો સમન્વય કરવામા આવ્યો છે. જે જવલ્લે જ જોવા મળે. વિશેષ તો સત્યના પમાણ માટે સંતવાણી ધ્વારા પાંચમા વેદનો ઉલ્લેખ ખરેખર અનોખી ઘટના દાદ માગી લે છે. આંતરિક જગતના સત્યના એક મહા વટવૃક્ષનુ આત્માનુભવના સાક્ષાત્કાર ધ્વારા આપણા માટે આ પુસ્તક ધ્વારા અલભ્ય ખજાનાની ભેટ ધરવામા દાસાનુ દાસ નિમિત થયા એ અનેરો અવસર છે

શ્રીભડાણીયા સાહેબે ભક્તિ અને ધ્યાનનો સમન્વય કરીને હંસ મંત્ર ધ્વારા સ્વાનુભવથી આત્મસાક્ષાત્કાર કરવા, જ્ઞાનના રાજમાર્ગનો જિર્ણોધ્ધાર કરીને ડો હેત્વીબહેનને રીર્ટન ગીફ્ટ તરીકે આ પુસતક રુપે જ્ઞાનગંગાને આપણા માટે લાવીને ઉમદાકાર્ય કર્યું છે. ડોક્ટર હેત્વીબહેન પણ ઉમદા કાર્ય માટે આભારના અધિકારી છે.

હંસને આપણી સંસ્કતિએ ખૂબ મહત્વ આપ્યું છે એ એક એવું પક્ષી છે. જે પાણીમા તરી સકે છે, જમીન પર ચાલી સકે છે અને આકાશમાં ઉડી સકે છે. વળી કહેવાય છે કે તે નીર અને ક્ષીરને અલગ કરી સકે છે. અને મોતીડાનો ચારો ચરે છે. આ ગુણોની સંતોએ નોંધ લઈને તેનો ધર્મને સમજવા માટે ઉદાહરણ તરીકે ખૂબ ઉપયોગ કર્યો છે. શ્રીભડાણીયા સાહેબ આ પુસ્તક ધ્વારા આપણને જે હંસનો પરિચય આપી કૈલાસની યાત્રા કરાવીને માનસરોવરમાં ડૂબકી મરાવીને મનોમંથન ધ્વારા દિવ્યતાનો અનુભવ કરાવે છે તે લહાવો લેવો હોય તો એક વખત ગોતાખોર બન્યા વગર મોતીડાનો ચારો કેવી રીતે ચરાય?

આકાશમા તારાઓ ઝબુકે છે. દેખાય અને અદૃશ્ય થાય – ઝબુકવું.... પ્રકૃતિ દૃશ્ય, પરમાત્મા અદૃશ્ય.... પરિવર્તનનો નિયમ... દૃશ્ય, અદૃશ્ય અને શાશ્વત... રામલીલા, રાસલીલા..., લીલા તો પરમાત્માના ખેલને કહેવાય.... ચેતના – ઊર્જાનો ખેલ પરિવર્તનો લાવે છે. આ પરિવર્તનો એ અદૃશ્યની – નિયંતાની – ચેતનાની – પરમાત્માની કે જે નામ આપો તેની લીલા જ તો છે. આ પરિવર્તનના ખેલની શ્રીભડાણીયા સાહેબે આ પુસ્તકમા માહિતી આપી છે અને એ લીલાને કેમ અનુભવવી એનો અનુભવસિધ્ધ માર્ગ પણ આપ્યો છે. એ રીતે આ પુસ્તકને મુલવવા શબ્દો વામણા બની જાય છે!

આ જ્ઞાનને ઉપલબ્ધ થવા સાધક મિત્રોને ફોન પર અથવા રુબરુ મદદ કરવાની તત્પરતાનો ઉલ્લેખ એ શ્રીભડાણીયા સાહેબને આધુનિક સંતની શ્રેણીમા મૂકી દે છે.

સાધક મિત્રો, જીવનમાં ઉત્સુક્તા જીજ્ઞાસા પેદા કરે છે. વળી જીજ્ઞાસા મુમુક્ષામા પ્રવેશ કરાવી દે છે. મુમુક્ષુ શ્રધ્ધામા પ્રવેશી સકે છે. શ્રધ્ધા સાથે ધીરજ ભળે તો કલ્યાણ માર્ગ પર સાધક સફળતાને ઉપલબ્ધ થાય છે. આ રીતે જ્ઞાનગંગાનો લાભ લેવો એ માટે દરેક સ્વતંત્ર છે.

જ્ઞાન ગંગા વહી રહી છે. જો શ્રધ્ધા સાથે ધીરજ હોય તો સાધના પથ પર ગુરુ તો ઉપલબ્ધ થયા કરે છે. મંત્ર, તો હંસ મંત્ર સાધકને વા-નરમાંથી નર-નારાયણના રાજમાર્ગ પર આગળ વધવા હાજર જ છે. ઈચ્છુક સાધક મિત્રો એનો લાભ લઈને પોતાનું કલ્યાણ સાધે.

વા-નર જન્મ લઈને વા-નરમાંથી નર-માણસ બનીએ. નરમાંથી નારાયણ બનીએ. એવી પ્રાર્થના સાથે સર્વનો આભાર.

એક વાચક મિત્રના જય ભગવાન!

અનુક્રમણિકા

અર્પણ



ગુરુકૃપા વડે સૂરતા-શબ્દના સહજ યોગથી બુધ્ધિ પ્રકાશિત થતા મારા આત્મ વિચારો વાણી મારફતે રજુ થતા હતા. તે વિચારોને લખાણમાં રુપાંતર કરવા માટે મને પ્રેરિત કરનાર મારી દોહિત્રી ડોક્ટર હેત્વીને આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવામાં ઉપયોગી થાય અને તેમા સફળતા મળે એવી શુભ ભાવના અને શુભેચ્છા સાથે તેને અર્પણ.

તા. ૧૪-૦૬-૨૦૨૨ દાસાનુ દાસ દીલસુખના

ગોંડલ જય ભગવાન

૧.૦ મંગલાચરણ

મહામારીના પડઘમ વાગી રહયા હતા. લોકોમાં અજંપો હતો. સંચારબંધી લાગુ પડશે એવું વર્તાઈ રહયું હતું. સવારથી જન્મ દિવસની શુભ કામનાઓના સંદેશ આવતા હતા. ઘરના લોકો સાથે જ ઉજવવાનો હતો જન્મ દિવસ. ક્ટુંબીઓ, પુત્રીઓ, પુત્રો, અને તેમના બાળકો – સૌ ભેગા થયા હતા. એવામાં દોહિત્રી ડો. હેત્વીએ વાત વહેતી મૂકી, "બાબા, અમે નાનેથી સાંભળતા આવ્યા છીએ તમારા આત્મવિચારો, અમને સારા લાગે છે. અમારે જો એ માર્ગ પર યાતા કરવી હોય, તો તમારી એ યાત્રાના અનુભવોને લખાણમાં રુપાંતર કરો, કે જેથી અમારા માટે એ યાત્રા સરળ થઈ જાય." અને આ રીતે રિટર્ન ગીફ્ટમાં લખાણ શરુ થાય છે.

શાળામાં અભ્યાસ દરમ્યાન ઘણા શબ્દો શીખ્યાઃ– ઈશ્વર, ભગવાન, આત્મા, પરમાત્મા, જીવ, શીવ, વિષ્ણુ, બ્રહમા, શરીર, મન, પુણ્ય, પાપ, મોક્ષ, સ્વર્ગ, નર્ક, વગેરે, વગેરે. શબ્દો બહુ ભારી લાગે છે. કોઈ ધર્મ શાસ્ત્રની વાતો થઈ રહી છે એવું લાગે છે. અને ભગવાનને તો વૃધાવસ્થામાં જ ભજવાના હોય છે જેથી જીવન સુધરી જાય. આવા વિચારો આવવા લાગે છે. બાળકો યુવાન થાય ત્યારે તેઓએ તેમની કેરીયર પર ધ્યાન આપવું જોઈએ. ધર્મ વિષે તો હજુ નાના ક્હેવાય. જીવન હજુ લાંબું છે. સમય આવ્યે બધુ ગોઠવાતું જાશે. કેમ ખરુંને!

તો તમારી જાણ માટે એ સમય એવો હતો કે અત્યારની આપણી શાળાઓ જેવી શાળાઓ અને લેબોરેટરીઓ નહોતી કે જેમાં આજની જેમ પ્રયોગો કરી સકાતા હતા. લોકો સરળ જીવન જીવતા હતા. ભૌતિક પ્રગતિ હજુ થઈ નહોતી. એ જમાનામાં શાળાઓ આશ્રમ તરીકે ઓળખાતી. યજ્ઞોપવિત સંસ્કાર બાદ બાળકો શાળાએ જતા – આશ્રમશાળામાં જતા અને શિક્ષણ મેળવી પાછા ઘેર આવતા. એ સમયના એક બ્રાહમણ પિતાએ પૂછયું પુત્રને કે, 'શ્વેતકેતુ, આપણા કુટુંબમા બ્રાહમણત્વ જન્મથી નથી મળતું. જ્ઞાન મેળવીન બ્રાહમણત્વ મળે છે. તું જ્ઞાન તો મેળવી લાવ્યો, પરંતુ એ એકને જાણી લાવ્યો કે જેના જાણવાથી બધુ જાણી લેવાય. અને જો એ એકને ન જાણ્યું તો કંઈ જાણ્યુ નથી.'

જો પુત્ર શ્વેતકેતુ જવાબમાં ના ક્હેતો, તો પિતા ઘરમાં પવેશવા દેતા નહી. અને ગુરુ પાસે ફરી મોકલતા અને ગુરુ એ શિક્ષણ પણ આપતા.

એ સમયમાં પરિક્ષણ માટે કોઈ પ્રયોગશાળાઓ નહોતી. પરંતુ અવલોકન-નિરીક્ષણની વિશિષ્ટ પધ્ધતિઓ હતી. આજે આપણે પ્રયોગશાળામાં એકસો દસ ઊપર તત્વો શોધી કાઢયા છે. એ સમયમાં તેઓએ પાંચ તત્વો શોધી કાઢયા હતાઃ – પૃથ્વી, જળ, વાયુ, અગ્નિ અને આકાશ. બાદમા દરેકના પાંચ એ રીત પચીસ તત્વો વર્ગીકૃત કરેલા. એવું શંકારાચાર્યે માણ્ડૂક્યોપનિષદના આધાર પર એક નિબંધ લખ્યો હતો તેમાં નોંધ છે. એ જ્ઞાનના સંગ્રહને તેઓ

વેદ અને ઉપનિષદના નામ આપતા હતા. અને તે જ્ઞાન શીખવનાર શીક્ષકોને ગુરુઓ અને વૈજ્ઞાનિકોને ઋષિઓ કહેતા હતા. આ રીતે એ સમયમાં પણ વિજ્ઞાન હતુ. પરંતુ તેનો વિકાસ સૂક્ષ્મ તબક્કામાં હતો. અને તેનો નિસ્કર્ષ અવલોકનો અને નિરિક્ષણો ધ્વારા લેવાતો હતો.

એ સમયમાં લોકો પદાર્થને ઊર્જામાં અને ઊર્જાને પદાર્થમા રુપાંતરણ કરી સકાય છે એ જાણતા હતા. શક્તિના વિવિધ રુપો હોય છે એ તેઓ જાણતા હતા – શક્તિ પીઠ, નવ દુર્ગા, ચોસઠ જોગણીઓ, એ પ્રતિકાત્મક સંજ્ઞાઓ હતી. જવા દો એ વાતો. કંટાળા જનક લાગશે.

ભાષાની એક મર્યાદા હોય છે. જો બાળકને ભૂખ લાગી હોય તો, માતાને જઈને કહેશે કે મને ભૂખ લાગી છે. મારા પેટમાં ઊંદર દોડે છે. મારા પેટમાં કંઈક થાય છે. મને કકડીને ભૂખ લાગી છે. વગેરે વગેરે. પરંતુ માતા તેના શબ્દોના આવાજના કંપનો-સ્પંદનો અને ચહેરાનો હાવ ભાવ વગેરે જોઈને, અનુમાનથી સમજી જાય છે. કે કેટલી ને કેવી ભૂખ લાગી છે. એ જ રીતે માં કંઈક કામ કરતી હોય અને બાળક વચ્ચે અડચણ રુપ થતો હોય, તો માં તેને કહેશે કે બહાર જઈને રમ. આ રીતે બે ચાર વાર કહયા પછી પણ બાળક ન સમજે તો માં કહેશે કે, બહાર જાશ, કે પછી ... બાળક અવાજના કંપનો પરથી સમજી જાય છે કે હવે બહાર નાસી જવામાં સાર છે. નહી તો, માર પડશે અને પલાયન થઈ જાય છે. આ સર્વેએ અનુભવ્યું – જોયું હશે.

હવે જો કોઈ વસ્તુને ઠીકથી સમજવી હોય તો તેને વિભાજીત કરવાથી ભાષા ધ્વારા સમજી સકાય છ. જેમ કે ઊષ્ણાની ગુણવતાને સમજવા તેને ગરમ અને ઠંડામાં વિભાજીત કરવી પડે છે. આ રીતે વિરોધાભાષી શબ્દો આવ્યા. અતી ગરમ કે અતી ઠંડુ આપણે સહન કરી સકતા નથી. જેને આપણે સહન કરી સકીએ સામાન્ય સંજોગોમાં તેને સહજ કહે છે. અને આ બધું આપણે આપણી ઈન્દ્રિયો ધ્વારા અનુભવીને સમજી સકીએ છીએ. વળી ભાવનાત્મક શબ્દો સમજવા મગજથી શક્ય નથી તો હૃદયને વચ્ચે લાવવું પડે છે. તો વળી નવા શબ્દો શોધવા પડે છે. આ રીતે ઈન્દ્રિયાતીત શબ્દોનો ઉપયોગ કરવો પડે છે. આ બધી ભાષાઓની મર્યાદાઓ છે.

હવે આપણે તો માહીતીના યુગમાં જીવીએ છીએ – ઇન્ફોર્મેશન ટેકનોલોજીના. આપણી સમજ કેવી રીતે ડેવલપ થાય છે? માતાના પ્રેમ-હેત ધ્વારા.

પ્રેમની પહેલી અનુભૂતિ માતા ધ્વારા મળે છે. માતા તેમજ કુટુંબી જનો આપણી સાથે બાળકની જેમ વર્તન કરીને આપણને જીવવા માટે જરુરી બોલવું ચાલવું વગેરે શીખવાડે છે. આ રીતે આપણે અસ્તિત્વ ટકાવવા લાયક બનીએ છીએ. જન્મના શરુઆતના સાત વર્ષ બાળક જે માતા પિતા સાથે અને કુટુંબમાં રહીને શીખે છે, તે તેના જીવનનો આધાર બની જાય છે.

ગુજરાતના સામાજીક કાર્યકર શ્રીચુનીલાલ મા'રાજની કઠીવાડા, મધ્યપ્રદેશના આદીવાસી ઉત્કર્ષ સંસ્થાના વ્યવસ્થાપક તરીકે શ્રીમોરારજીભાઈ દેસાઈ ધ્વારા નિમણૂક કરવામાં આવેલ. તેઓના અનુભવ વિષે એક પુસ્તક વાંચેલ. તેમા એક બાળક વિષે ઉલ્લેખ હતો. કોઈ કારણ વશ બાળક જન્મની સાથે જંગલમાં શિયાળના ટોળા સાથે જોવા મળ્યો. બીલકુલ નાનો

બાળક. દુધ પણ શિયાળ માતાનું પીતો હતો. ચાર પગે ચાલતો હતો. શિયાળની જેમ અવાજ કાઢતો હતો. ઉંમર અક-દોઢ વર્ષની. તેમણે અન્ય લોકોની મદદ વડે બાળકને શિયાળના ટોળાથી અલગ પાડયો. આશ્રમમાં લાવી તેનો ઉછેર કરવા લાગ્યા. તેમના અનુભવનો મૂળ સાર એટલો જ આપણા માટે ઉપયોગી કે, ત્યજી દેવાયેલ બાળકને માનવ બાળકના પ્રવાહ સાથે જોડવામાં – જંગલી શિયાળના વર્તનમાંથી માનવ બાળકનું વર્તન કરતો શીખવવામાં ખૂબ જ મુશ્કેલી પડેલી. પાંચ સાત વર્ષ પછી પણ જો તેને કોઈ હેરાણ કરતું, તો તેનામાં પશુનું ઝનુન આવી જતું. ખૂબ પ્રેમથી જતન કરી તેને સામાન્ય બનાવવામાં આવેલ.

એક વખત તેઓ ઈન્દોર કોઈ કામથી આવેલા. સંજોગવશાત તેમનાથી મુલાકાત થઈ. તેમને પૂછતાં, તેઓએ કહ્યું, ‘બાળક મારી સાથે જ છે. હવે બિલકુલ નોર્મલ છે. તેને બોલાવીને અમને બતાવેલ.’ જોવાથી ખ્યાલ આવે કે એક બારથી તેર વર્ષના બાળકમાં અને દોઢ વર્ષથી માનવ પ્રવાહથી અલગ પડેલા બારથી તેર વર્ષના બાળકમાં કેટલો ફરક પડી જાય છે. તેનું વર્તન સામાન્ય કરતાં ખૂબ જ ઉતરતું જણાતું હતું.

મનોવિજ્ઞાનિકોનું કહેવું છે કે જો બાળકને શરુઆતના વીસ વર્ષ એકલો ઉછેરવામાં આવે તો તેને નોર્મલ સંસ્કારી બાળક બનાવતા ચારસો વર્ષ લાગી જાય છે.

અંગ્રેજોના સમયમાં તેઓ આપણને બિલકુલ પછાત અવસ્થામાં છીએ એમ માની આપણને સુધારવા માટે તેમની સંસ્કૃતિમાં ઢાળવા માટે, તેમના સમકક્ષ બનાવવા માટે આપણા સંસ્કારો અને શિક્ષણ પધ્ધતિથી અલગ પાડીને આપણને તેમના જેવા સંસ્કારો અને શિક્ષણ આપવા માંડયુ! આજે પરિણામ આપણી સામે છે. આપણે યુરોપીયન એટલે યુરોપીયન, તેમની તોલે કોઈ આવી ન શકે! આવું માનતા થઈ ગયા. હવે આ કેટલું સાચું હોઈ સકે તે એક પ્રશ્ન છે. તેનો જવાબ શોધવાનો રહયો!

એક વખત બસમાં મુસાફરી દરમ્યાન, એક મિત્ર મળી ગયા. ખબર અંતર પૂછયા. તેઓ હાઈસ્કુલમાં હેડમાસ્ટર હતા. તેમને કુતુહલ વશ પૂછયું કે, શાળાનો અભ્યાસક્રમ કેવી રીતે નક્કી કરવામાં આવે છે? તો કહે કે, અભ્યાસક્રમમાં કેટલું શીખવવું છે તેની યાદી બનાવીને તેન અનુરુપ લેખો તૈયાર કરવામાં આવે છે. આ રીતે પુસ્તક તૈયાર કરવામાં આવે છે અને તેમાથી ભણાવાય છે.

તેમને પૂછયું કે તમને શું લાગે છે, કે કેટલા શિક્ષક મિત્રો આ રીતે ભણાવે છે? તેઓએ કહયું કે જવા દેને ભાઈ. હું જ્યારે હેડ માસ્ટર બન્યો અને તાલીમાર્થી તરીકે તાલીમ લેવા ગયા ત્યારે મારી જાણમાં આવ્યું. પણ હવે હું વહીવટી કામમાં એટલો બધો વ્યસ્ત રહું છું. હવે મારો સમય નીકળી ગયો. થોડી નોકરી બાકી છે. ઇચ્છું તો પણ કેટલું કરી શકીશ?

શીક્ષણ પણ ખૂબ જરુરી છે જીવનમાં. તેના વિના આપણો વિકાસ શક્ય નથી. આપણને વૈજ્ઞાનિક પધ્ધતિથી ઉચ્ચ કક્ષાનું શિક્ષણ મળી રહે તેના માટે દરેક કક્ષાએ પ્રયત્નો

કરવામાં આવી રહયા છે. આજે તો આપણે વિજ્ઞાનમાં ખૂબ પ્રગતિ સાધી છે. પરંતુ આપણે ધર્મમાં પાછળ રહી ગયા છીએ. જેથી ગુંચવાળા સર્જાતા રહે છે. અને તેમાથી આસ્થા ઘટતી જાય છે. સમય સમયનું કામ કરે છે. આપણે પ્રયત્નો કરવાનું છોડવું જોઈએ નહી.

એક વસ્તુ તો સ્વીકારવી જ રહી કે ધર્મ પણ વિજ્ઞાન છે. તો ભૂલ ક્યાં થાય છે. વિજ્ઞાન એ ભૌતિક વસ્તુઓનું વિજ્ઞાન છે, બહારના જગતનું વિજ્ઞાન છે. ધર્મ એ મનુષ્યનું આંતર વિજ્ઞાન છે, આંતરીક જગતનું વિજ્ઞાન છે. કૃષ્ણમૂર્તિ વિષે તો આપ સૌ જાણતા જ હશો. થોડો ટૂંક પરિચય મેળવી લઈએ.

ઇન્ટરનેશનલ થીયોસોફિકલ સોસાયટીના સ્થાપક સભ્યોમાંના કોઈ એક સભ્યને સ્વપ્ન આવ્યું કે, દક્ષિણ ભારતના દરીયા કિનારાના કોઈ એક ગામમાં માછીમારનો એક નાનો બાળક છે. આ બાળક ખૂબ તેજસ્વી છે. તેને જો કોઈક રીતે મેળવવામાં આવે અને જો તેને યોગ્ય શિક્ષણ અને પધ્ધતિથી જ્ઞાન આપવામાં આવે તો એક ચોક્કસ સમયમાં તેનામાં પરિવર્તન આવશે અને પરમાત્મા તેનામાં પ્રવેશશે. અને એક નિશ્ચિત દિવસે તે બાળક આપણી સોસાટીનો ઉધ્ધારક બનશે.

સોસાયટીના પ્રમુખ લેડી એની બેસન્ટ હતા. એક કમીટી બનાવી. મેમ્બરો દરીયા કિનારાના ગામોમાં ફરવા લાગ્યા. થોડા માછીમારના બાળકો દરીયા કિનારે રમતા હતા. તેમાથી બે બાળકો સપનામાં દેખાયેલ બાળકને મળતા આવતા હતા. તેમની પસંદગી કરવામાં આવી. તેમના માબાપને મળ્યા. કયા માબાપ બાળકોને સોંપવા તૈયાર થાય? ગામના લોકોને એકઠા કરવામાં આવ્યા. ઉજ્જવળ ભવિષ્યની ખાત્રી આપવામાં આવી. બાળકોની સુખાકારીની બાહેંધરી આપવામાં આવી. બાળકોને સોસાયટીમા લાવવામાં આવ્યા. તેમને જરુરી શિક્ષણ અને યોગ્ય પધ્ધતિથી તાલીમ આપવાની વ્યવસ્થા કરવામાં આવી. સમય જતાં એક ભાઈ બીમારીમાં મૃત્યુ પામ્યો.

સપના મુજબ શીક્ષણ અને તાલીમ પૂરા થયા. ચોક્કસ તારીખની આગલી રાત્રે તેમને એકાંતમાં રાખવાના હતા. એ પ્રમાણે તેઓ એકાંતમા બેઠા હતા. એકાંતની પળોમાં અચાનક શૂન્યમાં ઉતરી ગયા અને પરિવર્તિત થઈ કરી કૃષ્ણમૂર્તિ પરમાત્મા બની ગયા.

બીજા દિવસે સવારે સોસાયટીના સભ્યો તેમના ભગવાનનું સ્વાગત કરવા અને તેમનું ભાષણ-ઉપદેશ સાંભળવા એકઠા થયા. તેમના ભાષણની શરુઆત હતી. કે, હું કોઈ ભગવાન કે પરમાત્મા નથી. ભાષણ લાંબું ચાલ્યું વાણીના ધ્વનિમાં જે ચુંબકીય આકર્ષણ હતું, તેનાથી શાંત ચિતે લોકો તેમને સાંભળી રહયા હતા. આ રીતે તેઓ ચાલીસેક વર્ષ ઉપદેશ આપતા રહયા. ભારતમાં તેઓ વર્ષ દરમ્યાન થોડા દિવસો આવતા. તેઓએ શિક્ષણ વિષેની વ્યાખાન માળામાં કહેલું કે – શિક્ષણ મેળવતી વખતે, શીક્ષણ લેનાર અવલોકન કર્તા હોય છે. તેનામાં કોઈ બદલાવ આવતો નથી. દાખલા તરીકે વિધાર્થી વિજ્ઞાનનું શીક્ષણ લે છે, ત્યારે એક પ્રયોગ

કરવામાં આવે છે કે હવામાં પ્રાણવાયુનું પ્રમાણ પાંચમાં ભાગનું હોય છે. આ પ્રયોગ એકદમ શરુઆતમા આપણે શીખીએ છીએ. કાચનું એક મોટું વાસણ લઈ તેમા વચ્ચે મીણબતી રાખવામા આવે છે. પછી તેને પાણીથી ભરવામાં આવે છે. પછી દીવાસળીની પેટીમાંથી દીવાસળી વડે મીણબતીને સળગાવવામાં આવે છે. ત્યાર બાદ એક કાચના નળાકારને મીણબતી પર ઢાંકવામાં આવે છે. નળાકારની અંદર રહેલી હવામાનો પ્રાણવાયુ જેમ જેમ વપરાતો જાય છે, તેમ તેમ નળાકારમાં પાણી ઉપર ચડી તેની જગ્યા રોકતો જાય છે. જ્યારે નળાકારમાંનો પ્રાણવાયુ પૂરો વપરાઈ જાય છે, ત્યારે મીણબતી બુઝાઈ જાય છે. હવે નળાકારની ખાલી જગ્યાની હવા અને પાણી ભરેલી જગ્યાને માપવામાં આવે છે. નળાકારનો એક ભાગ પાણીથી ભરેલો હોય છે. અને ચાર ભાગ હવાથી ભરેલા હોય છે. આ રીતે આપણે તારણ પર આવીએ છીએ કે હવામાં પાંચમા ભાગનો પ્રાણવાયુ–ઓક્સીજન વાયુ હોય છે.

ઉપરોક્ત પ્રયોગ દરમ્યાન, શીક્ષક અને વિધાર્થી અવલોકન કર્તા છે. પ્રયોગમાં ભાગ લેનાર – કાચનું વાસણ, દીવાસળીની પેટી, મીણબતી, પાણી અને કાચનો નળાકાર, હતા. ભાગ લેનારની સ્થિતિમાં થોડા–ઘણા ફેરફાર જોવામાં આવે છે; જ્યારે અવલોકન કર્તામાં કોઈ ફેરફાર જોવામાં આવતો નથી.

કૃષ્ણમૂર્તિ આગળ કહે છે કે ધર્મ આંતરિક વિજ્ઞાન છે. તેનામાં ભાગ લેનાર પર જ પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. જેમ જેમ ભાગ લેનાર તેમાં આગળ વધે છે તેમ તેમ તેનામાં આંતરીક ફેરફાર થતા જાય છે. અંતમાં ભાગ લેનાર સંપૂર્ણ બદલાઈ જાય છે. આ ફેરફાર બહાર દેખાતો નથી. આ રીતે ભાગ લેનારમાં બાહ્ય પરીવર્તન જોવામાં આવતું નથી.

એવું કહેવાય છે કે યુધ્ધ દરમ્યાન લશ્કરના લોકો તેમની રેન્ક દર્શાવતા ચિન્હોને દૂર કરી દે છે. જેથી કોઈ બહારનાને ખબર ન પડે કે સેના નાયક કોણ છે. આવું સલામતીના કારણો સર કરવામાં આવતું હોય છે. હવે જો કોઈ ગામડાનો માણસ તેના કામ માટે તાલુકા કે જીલ્લા કક્ષાએ કોઈ સરકારી ઓફીસમાં જાય અને ત્યાં એક મોટા હોલમાં, વર્ગ ચારથી વર્ગ એકના કર્મચારીઓને એક સરખા ખુરશી ટેબલ પર બેઠેલા જુએ તો તેની હાલત શું થાય? કલ્પના કરી જુઓ! પાથમિક શાળાનો બાળક, કોલેજના સ્નાતક કક્ષાના વિધાર્થીને અથવા તો રીસર્ચ કરતા વિધાર્થીના જ્ઞાનની ચકાસણી કરી સકશે?

એટલા માટે આપણે ધર્મને સમજી સકતા નથી. આ મુશ્કેલીનો લાભ સ્થાપીત હીત વાળા લોકો સહેલાઈથી ઉઠાવી શકે છે. તેઓ લોકોને સમજાવે છે કે તમે સંસારી લોકો કામકાજની ઝંઝટમાંથી ઉચા આવતા નથી. થોડું વિચારો મર્યા પછી તમારું શું થાશે? ગુરુપુરાણ સાંભળ્યું છે ને? જીવની શું હાલત કરવામાં આવે છે, યમલોકમાં ગયા પછી? ડરના માર્યો માણસ ફાંફા મારે છે કે શું કરવું? કોના પાસે જાવૂં? આગળની વાત સર્વવિદિત છે. ગુણદોષ શોધવા આપણો વિષય નથી. સનાતન ધર્મ વિશ્વ કલ્યાણમાં માને છે. ખૂબ જુનો છે.

એવું કહેવાય છે કે એક તીર્થંકર કે બુધ્ધ દર પચીસ સો વર્ષે થાય છે. ચોવીસ તીર્થંકર તો થઈ ચુક્યા છે. હવે ગીતાને યાદ કરો – જ્યારે જ્યારે ધર્મનો લોપ થાય છે – તેના પર રાખ ચડે છે અને જ્યોત-પ્રકાશ દેખાતા નથી; ત્યારે ત્યારે ધર્મની પુનઃસ્થાપના માટે હું આવું છું. આ હતા શ્રી કૃષ્ણ. કેવો સરળ સમાજ હશે. લોકો કેટલા સીધા-સાદા હશે. કે કોઈ કહે કે સર્વ ધર્મોનો પરિત્યાગ કરીને મારા શરણે આવી જા. લોકો આસ્થા-શ્રધ્ધા વાળા હતા. માની જતા હતા. ધર્મને જાણી લેતા હતા શ્રધ્ધાથી. માનવ સંસ્કૃતીઓ વિકસતી ગઈ. ડાર્વીનની થીઅરી પ્રમાણે યોગ્ય સંસ્કૃતિઓ આગળ વધે છે. બાકીની સંસ્કૃતીઓનો લોપ થાય છે અથવા અન્યમાં ભળી જાય છે.

માનવ મનના વિકાસને કારણે અહંમ મોટો થવા લાગ્યો. એવું ન વિચારતા કે માત્ર અર્થ-વ્યવસ્થા કે વિજ્ઞાનનો જ વિકાસ થાય છે. માણસનો આંતરીક વિકાસ પણ થતો જાય છે. આ રીતે અહમ મોટો થયો. માણસ વિચારવા લાગ્યો હું અને કોઈના શરણે જાઊ? એ ભગવાન છે એની શું ખાત્રી? તીર્થંકરોનો યુગ પણ ચાલી રહયો હતો. તેઓએ માણસના આંતરીક વિકાસની નોંધ લીધી અને અને કહયું કે ભગવાન જેવી કોઈ વસ્તુ નથી. જો ભગવાન છે તો પછી જેટલા લોકો એટલા ભગવાન છે. તમે જો કોશિશ કરશો તો તમે જાણા સકો છો કે તમે જ ભગવાન છો. સ્થાપીત હીતોએ વિરોધ પેદા કર્યો અને તેને લોકોમાં ફેલાવ્યો. લાઓત્સેએ કહયું છે તેમ સત્યને શબ્દોમા મુકતા અસત્ય બની જાય છે. લોકો ન સમજી સકયા અને તક ચૂકી ગયા.

પછી બુધ્ધ તેમનાથી આગળ વધ્યા. તેમણે તો કહી જ દીધું કે ભગવાન જેવું કંઈ છે જ નહી. બહુ ક્રાંતિકારી ઘોષણા હતી. લોકોએ તેમને ભારતમાંથી કાઢી મુક્યા. બૌધ્ધ ધર્મ ભારતમા ન વિકસી શક્યો. હવે ફરીથી આવે છે.

વિરોધ કરવો એ માનવ સ્વભાવ છે. સ્થાપીત હીતોનો કોઈ દોષ નથી. અનુયાયીઓ અને વિરોધીઓ તેમનું કામ કરવાના જ છે. આપણી કોઈ હેસીયત નથી કે કોઈને ઉતારી પાડીએ કે કોઈના દોષો તરફ આંગળી ચીંધીએ. તરત જ ત્રણ આંગળી આપણી તરફ આવશે. કબીર સાહેબને યાદ કરીએ. "નિંદકને આંગણામાં વાસ આપીએ." ઉપરોક્ત વિધાનોનો વિધાયક ઉપયોગ કરીને એટલું સમજીએ કે જે પણ યુગ પુરુષો, સંતો, મહાત્માઓ, ભગવાનો થયા છે, તેઓ આપણા જેવા જ હતા. આપણામાંથી જ થયા હતા. માનવ જન્મથી જ આ શક્યતાઓ લઈને આવે છે. તેને વિકસાવવી કે ન વિકસાવવી એ તેના જ હાથમાં છે. જરુર છે સાચી સમજની. તેને કેવી રીતે વિકસાવવી. તેના માટે જરુર પડે છે – મિત્રની, ગુરુની, સંતની. તેઓને શોધવા પડે છે. તેઓ પણ શોધતા જ રહે છે આપણને. સમય આવ્યે સાથ મળી જાય છે. પણ ભૂખ લાગે તો ભોજન આપણે જ કરવું પડે છે. અને મુક્ત થાવું હોય તો મરવું જ પડે છે. એ શીખવા માટે આગળ યાત્રા કરીએ.

૨.૦ યાત્રા

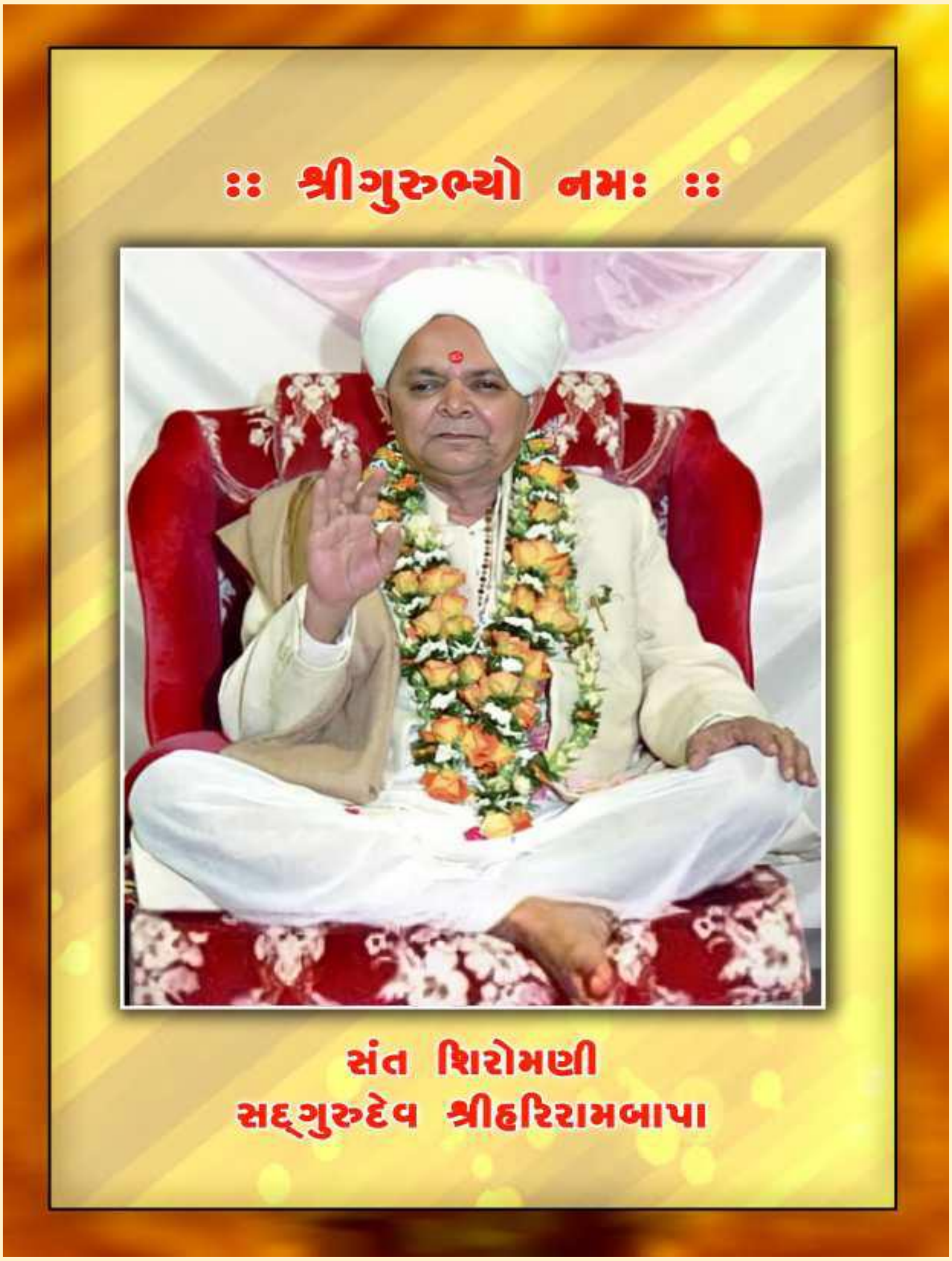
આ યાત્રા બે રીતે થાય છે. ધ્યાન ધ્વારાઃ – વિજ્ઞાન ભૈરવ સૌથી પ્રાચીન શાસ્ત્ર છે. આ શાસ્ત્ર શબ્દ પણ ગુંચવણ પેદા કરે છે, ધર્મના માર્ગ પર. પશ્ચિમના લોકોએ, જ્યારે પહેલી વાર શાસ્ત્ર વાંચ્યા, તો ચિંતામાં પડી ગયા. જાણે કોઇ ઇતિહાસ વાંચી રહયા છે એવું લાગ્યું. સમય નિર્દેશ કર્યા વિનાનો ઇતિહાસ. ઇતિહાસમાં બનાવ કયા વર્ષમાં બન્યો હતો તેનો ઉલ્લેખ હોય છે. શાસ્ત્રમાં તો વર્ષનો કોઈ ઉલ્લેખ જ નહોતો. આથી તેઓ માનવા તૈયાર નહોતા. જ્યારે અહીં તો વેદ, ઉપનિષદ, વિજ્ઞાનને જ શાસ્ત્ર કહેતા હતા. અને તે સ્વયંસિધ્ધ હતા સનાતન સત્ય હતા. સાર્વત્રિક સત્ય – યુનિવર્સલ ટ્રુથને સમયનો બાધ નથી હોતો. એટલે શાસ્ત્રનો અર્થ વિજ્ઞાન વિષયક ગ્રંથ સમજવો.

નામ જ વિજ્ઞાન ભૈરવ છે. શિવ ધ્વારા રચવામાં આવેલ. તેમા ધ્યાનની ૧૧૨ પધ્ધતિઓ આપવામાં આવી છે. દુનિયાના જેટલા પણ ધર્મો છે અને હવે નવા શોધાશે તે સર્વ તેમા આવી જાશે. આમ આ વિજ્ઞાન ભૈરવ ધર્મની ઉત્પતી દર્શાવે છે. કેટલી દિર્ઘ દૃષ્ટિ! હવે સમજાયું ને કે પૂર્વના લોકો સનાતન ધર્મ શબ્દ શા માટે વાપરે છે. અને જૈન તીર્થંકરોએ જેટલા મનુષ્ય એટલા ધર્મ અને ભગવાન છે એવું કહયું અને બુધ્ધ કહી સક્યા કે સામાન્ય લોકોની માન્યતા જેવા ભગવાન, જેવી કોઈ વસ્તુ જ નથી! આપણે જ્યાં સુધી એ સ્તર સુધી વિકસી ન સકીએ ત્યાં સુધી સમજીએ કેવી રીતે? હવે જો આપણે ન્યુક્લીઅર ફીસીક્સ વાંચીએ તો તેમા અણુ ઊર્જા કેવી રીતે પેદા થાય તેની રીત બતાવી છે. પણ તે પ્રાયોગિક રીતે ન શીખીએ અને સમજીએ તો બકવાસ જ લાગે ને?

તો ધ્યાન વડે ધર્મ જાણી સકાય છે. અને બીજી રીત છે ભક્તિ ધ્વારા. પરંતુ છેવટે તો બનેનો સમન્વય કરવો પડે છે. તો બન્નેના સમન્વય સાથેનો સહજ યોગનો માર્ગ આપણા માટે સરળ રહેશે. તેનામાં યોગ અને ભક્તિ બને આવશે. તો ગુંચવાડામાં ન પડવું. સંકલ્પ અને સમર્પણ બનેનો સહારો લેવો પડે છે.

૨.૧.૧ ગુરુ વંદના

પ્રથમ સદગુરુને વંદન કરી પ્રાર્થના કરીએ કે આપણ ને આશિર્વાદ દે અને સામર્થ્ય દે કે આ માર્ગે યાત્રા કરી સકીએ.



૨.૧.૨ ૐ ગુરુ વંદના – પ્રાર્થના

૦૧

ગુરુ બ્રહ્મા ગુરુ વિષ્ણુ ગુરુ દેવો મહેશ્વરઃ

ગુરુ સાક્ષાત પર બ્રહ્મઃ તસ્મૈય શ્રી ગુરુદેવે નમઃ

૦૨

ત્વમેવ માતા ચ પિતા ત્વમેવ, ત્વમેવ બંધુ ચ સખા ત્વમેવ.
ત્વમેવ વિધા દ્રવિણમ ત્વમેવ, ત્વમેવ સર્વ મમ દેવ-દેવા.

૦૩

બ્રહ્મા નંદમ પરમ સુખદમ કેવલં જ્ઞાન મૂર્તિ.
ધ્વન્ધ્વાતિતમ ગગન સદૃસમ તત્વમષ્યાદી લક્ષ્યમ.
એકમ નિત્યમ વિમલ મયલમ સર્વદા સાક્ષી ભૂતમ.
ભાવાતિતમ ત્રીગુણ રહીતમ સદગુરુ નમામીઃ
ત્વમ નમામિ – ત્વમ નમામિ.

૦૪

ગુરુપદ વંદી ઓચરું, હું છું બાળક અબુજ અજાણ.
મારા અપરાધ સામું મ જોશો દયાનિધી.
બોલ્યું - અબોલ્યું કરીને પ્રમાણ. ... ટેક
ગુરુના નાવે હું ચડી, તો સહજમાં આવ્યા સાગર પાર,
આ હોડીને હેલા કંઈ ન નડયા, સાવધ સદગુરુ હાંકણહાર.

૦૫

વેપાર કર્યો હરી નામનો, ગુરુ રુપી કીધા દલાલ,
માલ ઓરાવ્યો સુગમ ને સોદો કરી જગમાં કર્યા ન્યાલ.
એ ગુરુના વખાણ હું કેમ ..., થાક્યા સરસ્વતા ને વેદ,
શીવ-સનકાદી પણ ના લહે, એવો ગુરુ-ગુણોનો છે ભેદ.
ગોવિંદથી પણ ગુરુ છે અદકેરા, સદગુરુ દયાનિધાન,
તન-મન-ધન અર્પી સેવા કરે, નામે નરસી કરે પ્રણામ.

૨.૧.૩ શિષ્યત્વ

થોડું અજીબ લાગે છે ને યુવા મિત્રો! શાળામાં પહેલી પ્રાર્થના કરીએ છીએ ને? ગુરુની પ્રાર્થના કરવાથી આપણામાં શિષ્યનો ભાવ પેદા થાય છે. જ્ઞાનનો પ્રવાહ ઊચેંથી નીચે વહે છે

ને? વિજ્ઞાનનો સિધ્ધાંત છે. જ્યાં સુધી શિષ્યત્વની ભાવના પેદા નથી થતી ત્યાં સુધી જ્ઞાનનો પ્રવાહ વહેતો નથી.

જ્ઞાનનો પ્રવાહ વહેવાની સાથે ગદગદીત અવસ્થામાં દાસાનુ દાસની અંદર ઉદગાર ઊઠે છે.

સદગુરુભ્યો નમઃ

અરે ગુરુ બાપા ...

૦૬

ભજન વિના મારી ભુખ ના ભાગે, અને સમરણ વિના તલપ ના જાય.
ધ્યાન વિના સૂરતા ન સધાય, ને સૂરતા વિના શબ્દ ન સધાય.
સૂરતા – શબ્દ વિના સમાધી ન થાય, સમાધી વિના સમાધાન ન થાય.

એક એક શબ્દ સમજવાનો છે. માર્ગનો નકશો પૂરો આવી જાય છે.

મીત્રો, ગુગલનો નકશો ઉપયોગ કરીએ છીએ ને? ઠીક ગંત્વ્ય સ્થાને પહોચાડે છે ને. આ ભક્તનો નકશો છે. સ્વધામ પહોચાડે છે. સમસ્યાનો ઉકેલ આવતાં શિષ્યના-ભક્તના ઉદગાર નીકળે છે.

૦૭

જ્યારે પૂર્ણ સમાધાન થાય ત્યારે અનુભવાય છે ... કે ...
મારું મારામાં કાંઈ નથી, જે કાંઈ છે તે તારું;
તારું તને સોંપતા, પછી કેમ કહેવાય મારું?
જે કાંઇ કર્યું ઈ તેં કર્યું, મેં નથી કર્યું કાંઈ
જો કહું કે મેં કર્યું, તો તું જ હતો મારા માંઈ.

હવે શિષ્ય અને સદગુરુ એક થઈ ગયા.

૦૮

સદગુરુની વ્યાખ્યા જ બદલી ગઈ. યાદ કરીએ કૃષ્ણમૂર્તિની ધર્મના પ્રયોગની સમજ.

જો તું મારા નામમાં તો હું તારા કામમાં;
જો તું તારા કામમાં તો હું મારા ધામમાં.

મિત્રો કેવો લાગ્યો સહજ યોગ! ...

ગુજરાતી માધ્યમમાંથી કોલેજમા જઈએ અને અંગ્રેજી માધ્યમા ભણવાનું થાય ત્યારે કેવું લાગે છે. મારા એક સહાધ્યાયીને પહેલી ટેસ્ટની તૈયારી કરતો હતો તો પૂછ્યું, પાર્ટનર કેવી તૈયારી છે? પાર્ટનર બોલ્યા, કે હમણાં જ નાહીને પૂજા કરી. ભગવાનને પ્રાર્થના કરી કે ક્લાસમાં તો બધુ ઊપર ઊપરથી નીકળી જાય છે. અંગ્રેજીમા સમજાતું નથી. ઓછામાં ઓછું પરિક્ષામા તો સાચવી લેજે. અડધો કલાક વધારે બેસીશ. એવો જ છે આ નકશો. બોલો, કોણ હોંશિયાર આપણે કે ભક્ત!

કંઈ વાંધો નહી. આપણને ગુગલ ભક્ત મદદ કરશે. નકશાને મોટો કરીએ. હવે વિસ્તૃત જાણકારી મેળવીએ. આ તો ગુગલ ભક્ત હજી ભજનથી નકશાને મોટો કરતા જાય છે. ચાલો આગળ તો યાત્રા કરવી જ પડશે.

૨.૧.૪ ગરુ પસાદ

ગુરુ સાથે એકાકાર થતાં ભક્ત તો અદૃશ્ય થઈ જાય છે અને ગુરુ ભક્તમા પ્રતિબિંબિત થાય છે. હવે તેનુ પરિણામ જોઈએ. આ પરિણામ યોગાનુ યોગ છે. શિષ્ય ગુરુને મળવા જાય છે. સત્સંગ થાય છે. શિષ્ય ગુરુથી વિદાય લે છે. ગુરુ કહે છે, “ભાઈ, જઈને ક્યાં પહોંચ્યા! લખજો.” ભક્ત દાસાનુ દાસ એકાંતમા બેઠા છે. વિચારે છે કે સદગુરુ દેવે કહયું કે ક્યાં પહોચ્યા છો! લખજો. એટલે શું? દાસાનુ દાસ સદગુરુ સાથે એકાકાર થાય છે અને અનુભવ વાણી આગળ વધે છે ... સદગુરુ દેવનો પ્રસાદ વરસે છે! આનુ નામ યોગાનુ યોગ ...

શ્રી સદગુરુ દેવ સત્ય છે ... તો એ સદગુરુ દેવ કોણ? અને સત્ય શું?.... દાસાના દાસની સૂરતા શબ્દમાં (નાદબ્રહમમાં) ઊંડી ઉતરી ગઇ અને જ્યાં પહોચ્યા હતા ત્યાંથી વાણીનો પ્રવાહ ચાલુ થયો અને પહોંચ શબ્દોમાં ઉતરવા માંડી નીચે મુજબ ....

૦૯

શ્રી સદગુરુ દેવ સત્ય છે

સાકારમાં છે નિરાકાર, નિરાકારમાં છે સાકાર.
જો સમજાય નહી સાકાર, તો બાકી બધું છે બેકાર.
નુરતે નિરખાય તે સાકાર, સૂરતે પરખાય તે નિરાકાર.
શૂન્યપણું તે જ સાકાર; અનંતપણુ તે જ નિરાકાર.

જે શૂન્યમાં જઈ સમાયા તે જ સંત કહેવાયા.

જે અનંતમાં જઈ સમાયા તે જ અવતારી કહેવાયા.

૧૦

એક છેડે શુન છે, બીજે છેડે અનંત છે, વચ્ચે છે આકાર.

બને છેડા ભેગા કરો તો એક સદગુરુ દાતાર.

સત નામ એ જ નિરાકાર, સત વચન એ જ સાકાર.

આ વચનોનો છે વિસ્તાર, જેને સત નામનો છે આધાર.

નિરાકારમાંથી નિપજ્યા વચન (ૐ), વચનમાંથી ઉપજ્યા નામ (સોહંગ-પ્રાણ.)

નિરાકારમાંથી નિપજ્યા ઓહંગકાર (પ્રણવ –બ્રહ્મ.)

સાકારમાંથી ઉપજ્યા, સોહ્ગકાર (પ્રાણ)

સાકારનું જ્યાં ઉપજે; નિરાકારનું ત્યાં નીપજે.

સાકારથી ઉપજ્યા આકાશ, નિરાકારથી નિપજ્યા પવન,

સાકારથી ઉપજ્યા પ્રકાશ, નિરાકારથી નિપજ્યા પાણી,

આમ પવન, પ્રકાશને પાણી તેમાથી પૃથ્વી બંધાણી.

આ બધા છે સાકાર, તેમાથી થયા છે બધા આકાર

એમાં ભળ્યા છે નિરાકાર (જીવન); તેથી બન્યા છે સગુણ સાકાર.

તેમાં મુળ આધાર છે ઓહંગકાર (પ્રણવ – ૐ)

તેનાથી ચાલે છે સોહંગકાર (હંસો) પ્રાણ-અપાન (બે શ્વાસા).

આમ સગુણ સાકારનો આધાર છે નિરાકાર (નાદ –બ્રહ્મ)

પણ ભ્રાન્તીથી ચિત્તમાં થયો છે અહંકાર,

અને તેનાથી થયો છે દેહાધ્યાસ.

અહંકારથી જ થયા છે વિષય (વિકાર),

તેથી જ થયા છે અંધુકાર-ધંધુકાર.

આમ અંતઃકરણમાં થયો છે 'હા...હા...કાર.'

તેથી જ જીવન બન્યું છે કષ્ટાકાર.

આ પ્રાર્થના જે ૯ - ૧૦ નબરથી છે તે સંત શિરોમણી સદગુરુ હરીરામ બાપાએ દાસાનુ દાસની પહેલી કસોટી-ટેસ્ટ લીધી તેના ઉતરમાં સ્ફૂર્યા છે.

–: સદગુરુની – સેવા – સતસંગ – સમરણ થકી :–

૧૧

સમરણ કરતાં છૂટયા વિકાર

અને મન થયું સોહંગાર

તેથી ઘટમાં ગુંજ્યો છે રણુકાર

અને બુધ્ધિ થઈ છે બ્રહ્માકાર.

આમ દેહાભ્યાસ છોડી ચિત્તવૃતિ થઇ બ્રહ્માકાર (સૂરતા).

સૂરતા વડે શાન્ત થઈ જ્યારે શુણે છે રણુકાર

ત્યારે જે બોલે છે તે ઓહંકાર

અને જે સાંભળે છે તે સોહંકાર.

–: સદગુરુની દયા – કૃપા થકી :– ધ્યાન – ભજન – સમાધી વડે.

૧૨

જ્યારે ઓહંગકાર ને સોહંગકાર

થાય છે એકાકાર – જ્યોતિ સ્વરુપ;

ત્યારે છૂટે છે અહંકાર ...

ત્યારે જે છે બોલનહાર, તે જ છે સાંભળનાર,

તે જ છે સદગુરુ દાતાર –પરમ આત્મા, તે જ છે

જગત આધાર – કાયમના કીરતાર – બધા પ્રાણીના આધાર.

તે જ સદગુરુ દેવ સત્ય છે.

તે જ દીલના સ્વામિ હરી રામ સત્ય છે.

જે સત્ય છે તે જ પરમેશ્વર છે.

દાસાનું દાસના ગુરુપ્રણામ. – જય ભગવાન.

નકશો તો મોટો થયો પણ નર્સરીમાંથી પ્રાયમરીમા આવ્યા એવું લાગે છે ને?

મિત્રો, કોઈ પણ નકશાને ઉકેલવા માટે તેમાં વાપરવામાં આવેલા સંકેતોને જાણવા પડે છે. અને કોઈ વિષયને સમજવા માટે તેમાં વાપરવામાં આવતા શબ્દોના અર્થ આપણી સમજ પ્રમાણે ભાષાંતરિત કરવા પડ છે. ડીકશનેરીની મદદ લેવી છે? ડીક્શનેરીમા એક શબ્દના એક કરતા વધુ અર્થ આપવામાં આવેલા હોય છે. કયો અર્થ લેવો તે સમજાતું નથી. કેમ કે, આપણી ભાષા નબળી લાગે છે. હવે મિત્ર, શિક્ષક-ગુરુનું મહત્વ સમજાય છે કે કેમ?

તો ચાલો દાસાનુ દાસ હાજર જ છે આગળની યાત્રા માટે. એમની પધ્ધતિ અનોખી છે. અને બીજો કોઈ રસ્તો નથી. એમની નોંધ વાંચવી જ પડશે.

નોંધઃ – **જે કોઈ મનુષ્ય,**

સત્ય સ્વરુપ આત્માથી જીવે તેનો સતયુગ – પરમાત્મા.

હ્રદય પૂર્વક જીવે તેનો ત્રેતા યુગ – દેવ.

બુધ્ધિપૂર્વક જીવે તેનો ધ્વાપર યુગ – મનુષ્ય.

મન-ઈન્દ્રિયોથી જીવે તેનો કળીયુગ – પશુ.

ભક્ત ગુરુમય થઈ જાય છે, તો ગુરુથી અલગ નથી પડી સકતા. એવું લાગે છે ને? પરંતુ ભકતોની એક ખાસિયત જાણી લઈએ કે ગુરુ અને શિષ્યનો સંબંધ જેમ જેમ ગાઢ થતો જાય છે તેમ તેમ એક જોડાણ - યોગ થવા લાગે છે. શિષ્યમાં એક બદલાવની શરૂઆત થઈ જાય છે. ગુરુનો પ્રભાવ દેખાય છે. ગુરુ અવલોકન કર્તા રહે છે. શિષ્યનું પરિવર્તન ચાલતું રહે છે. એક અવસ્થા – દશા આવે છે. શિષ્ય શિષ્ય નથી રહેતો ગુરુમાં સમાઈ જાય છે. ગુરુ શિષ્ય એક થઈ જાય છે. શરીર તો જુદા રહે છે. શિષ્ય ગુરુની ધૂનમાં ફરતો રહે છે અને ગુરુની ભાષા બોલે છે. આ દશાને ભક્ત કહેવાય છે. હવે ભજનનો લહાવો લઈએ. જો થોડું સ્તર ઊંચુ ગયું હશે તો વિકાસના લક્ષણો દેખાશે.

૨.૧.૫ ‘ગરુ પૂજન’

૧૩

આરતી – આત્મ દર્શન

આરતી (હરીની)–આતમરામની રે બ્રહ્મભાવે ઉતારીએ રે
જ્ઞાન ગંગાના જળ ભરીએ, મન-ઈન્દ્રિયોને શુધ્ધ કરીએ રે
નૂરતે-સૂરતે નીર ભરીએ, હૃદય કમળ શુધ્ધ કરીએ રે
આરતી આતમરામની ....

પ્રેમથી પ્રભુને પધરાવીએ, હેતથી હરીને વધાવીએ રે
ભાવ અશ્રુથી પખાળીએ, વિવેક હૃદયે ઠેરાવીએ રે
આરતી આતમરામની ....

કાયા કંચન થાળી કરીએ, કરીએ કરણીના કોડિયાં રે
પાંચ પ્રાણની બતી કરીએ, નાભી કમળે નીરખીએ રે
આરતી આતમરામની ....

ઓહંગ સોહંગ એક કરીએ, આતમ જ્યોત જલાવીએ રે
પ્રેમના પુષ્પે પોખીએ રે, ચેતન ચંદન ચોડીએ ર
આરતી આતમરામની ....

ધ્યાન ધરીને ઉલટાવીએ રે, મેરુ પર્વત ચડીએ રે
શુન શીખર સર કરીએ રે, દશમાં ધ્વારે દેખીએ રે
આરતી આતમરામની ....

દેખનારો દર્શાય નહી રે, પોતે પોતામાં સમાય રે
પોતામાંથી પોતે થીયા રે, અધ્વેત આતમ રામ રે.
આરતી આતમરામની ....

આમ જો આરતી થાય રે, ભવ સાગર તરી જવાય રે
દીલના સ્વામિ હરી રામ રે, દેહ દેવળમાં દર્શાય રે
આરતી આતમરામની ....

પધમાં જો શબ્દોનો તાલમેળ ન હોય તો જલ્દી સમજમાં આવતું નથી. ગધમાં સૂરતાલનો મેળ હોવાથી થોડા શબ્દોમાં ઘણુ બધું કહેવાઈ જાય છે. ભક્તો તો ભાવમાં વહેતા હોય છે. તેમની ભાષા કાવ્યમય હોય છે. એક વસ્તુ જોઈ ક્યાંય એક શબ્દ પણ વધુ નથી વપરાણો. ધન્ય છે ભક્ત સ્વરુપ ભગવાનને!

હવે ભક્તોની ગણિતની ભાષા જોઈએ. ગણિતમાં સૂત્રો આવે છે. એ જ રીતે આંતર વિજ્ઞાનમાં મંત્રો આવે છે. દાસાનું દાસ પણ આપણને વિવિધતા બતાવતા જાય છે.

૨.૨.૧ -: મંત્રો :-

૧

શાન્તી મંત્ર :-

ૐ સર્વસ્વ તું હી

સોહંગ બ્રહ્મ તું હી

સોહંગ શક્તિ, સર્વ જગત તું હી

ૐ-થી ઉપજ્યા તું હી, સોહંગથી સમજ્યા તું હી

પરીબ્રહ્મ સદા મુક્ત તું હી

ૐ શાન્તી – શાન્તી – શાન્તી.
ૐ શાન્તીના પ્રભુ સુખદા
ૐ શાન્તીના પ્રભુ મોક્ષદા

ૐ શાન્તીના પ્રભુ સર્વ વિઘ્ન હરતા,

ૐ શાન્તીના પ્રભુ સર્વદા

ૐ શાન્તી – શાન્તી – શાન્તી ... .

૨ લો, હોમ વર્ક ચાલુ થયું ...

બાળમંત્ર :-

ૐ – ઓહંગ રામ, સોહંગ રામ - શ્વાસે, ઉચ્છવાસે મન વડે જપવાનો.

જ્યોતી સ્વરુપ છે ભગવાન - **સદગુરુ – ભગવાન** વિષે વિષેની સમજણ.

ગુરુ મળ્યા છે અવીનાશી

ફરી ન આવું ચોરાશી

૩

ગુરુ મંત્ર; (મૂળ મંત્ર, મહામંત્રના છ શબ્દ) :-

શ્વાસે - ઉચ્છવાસે મન વડે જાપ કરવો.

નોંધઃ – તેની રીત અનુભવી પાસેથી જાણીને મન-પવનની માળા કરવી.

ઓહંગ ગુરુજી સ્મરણ

સોહંગ બ્રહ્મ તુંહી.

૪

ગણપતિની માત્રા :-

"ॐ ગંગ ગુરુ ગણપતેય નમઃ"

૫

હનુમાનની માત્રા :-

"ॐ રંગ-હરંગ અંતર મતી હનુમાન જતી."

મંત્ર જાપ કરતા પહેલા – ૫-૧૦ ગણપતિની માત્રા અને

૫-૧૦ હનુમાન જતીની માત્રા લઈ લેવી.

નોંધઃ- જ્યાં સુધી માસીક બંધ થયા ન હોય ત્યાં સુધી બહેનોએ હનુમાનની માત્રા ન લેવી.

હવે દાસાનુ દાસને યાદ આવ્યું કે આપણને ઠીકથી સમજાયું નહી. ઊપર ઊપરથી જાવા લાગ્યું છે. હવે તેઓ આપણને ઊપર લઈ જાશે. આપણા સ્તરને બદલશે. સાવચેત થઈ જઈએ! આપણા માટે બહારની ભાષા, ભાષા છે અને તેના શબ્દોથી આપણે પરિચીત છીએ. પરંતુ આંતરિક ભાષા, શબ્દોથી આપણે પરિચીત નથી. વિચારો, નદી કે સરોવરમાં માછલી પાણીમા તરતી હોય અને કિનારા તરફ આવે અને આપણને જુએ તો આપણે કેવા દેખાઈએ? આપણું પ્રતિબિંબ તેને દેખાય છે. જાણે કે આપણે ધરતી પર લટકી રહયા છીએ. આ બે, અંદરના અને બહારના, જગતની ભાષાનું આવું જ કંઈક છે. આ મુશ્કેલીને કારણે આપણે તેઓને સમજવામાં ભૂલ થાય છે. આ ભૂલને સુધારવાની કોશિશ સાધના છે. મહેનત કરશું તો સમજી સકશું. નહીતર હરી ઈચ્છા. દાસાનું દાસ તો કોશિશ નથી છોડવાના. ચાલો આંતરિક જગતની ભાષા શીખીએ.

૨.૩.૧ ॐ (પ્રણવ, વચન.)

૧૪

– અનાહત નાદ (નામ) –

આસમાની મૌન જ ધ્વની છે

ધ્વનીમાં ગતી જ શબ્દ છે

શબ્દમા રતિ જ સ્વર છે

સ્વરમાં યુતિ જ ભા સ્વર છે

ભા સ્વરની પ્રતિતિ જ ઈશ્વરની પ્રતિતિ છે.

ઓમકાર - ૐ કાર ઈશ્વર વાચક શબ્દ છે. ૐ કારને પ્રણવ પણ કહેવામાં આવે છે. નાભી કમળ પાસે જ્યારે કુંડલીની જાગૃત થાય છે ત્યારે તે શક્તીનું વાયુમા રુપાંતર થાય છે. આ પ્રક્રિયા દરમ્યાન જે નાદ થાય છે તેને પ્રણવ નાદ – ભા સ્વર – રણુકાર વગેરે શબ્દો વડે વર્ણવવામાં આવે છે. તેને સંતો સત્ત વચન કહે છે, તને ધુનાત્મક પરાવાણી પણ કહે છે. વચન સિધ્ધ થયેલા પુરુષો જ્યારે નાભી કેન્દ્રે રહીને બોલે છે, ત્યારે ધુનાત્મક વાણીનું વર્ણાત્મક શબ્દોમાં રુપાંતર થઈને તેમના મુખેથી જે વાણી નીકળે છે તેને વેદવાણી કહેવાય છે. તે સત્ય જ હોય છે.

કુંડલીની શક્તિ જાગ્યા પહેલા જ્યારે સાધક પ્રાણ વડે સાધના કરે છે. ત્યારે અપાન વાયુ શરીરમાં દાખલ થઈને જે જગ્યાએ (નાભીના ઊપરના ભાગ) સ્થિર થાય છે. તેને આંતરીક કુંભક (હૃદય કેન્દ) કહેવાય છે. અપાન સમાઈ જાય અને પ્રાણ રુપે ઉત્પન થયો ન હોય, એવી સ્થિતિને કુંભક કહેવાય છે. પ્રાણ અને અપાનની વચ્ચેના ગાળામાં (આયામમાં) જો ધ્યાન દેવામાં આવે તો ત્યાં પણ સાધકને નાદ સંભળાય છે, તે નાદને અનાહદ નાદ કહેવામાં આવે છે. તેને સંતો નામ જાગ્યું કહે છે. તે જગ્યાને અનાહત કેન્દ્ર પણ કહેવામાં આવે છે.

બસ એ જ   દાસાનું દાસના જય ભગવાન.

લો દાસાનું દાસે રુકાવટ કે લીએ ખેદ હૈ નું સીગ્નલ આપ્યું. આ સંકેત પણ સમજવો પડશે.

આપણે કહેશું કે અમને તો આ સ્વર સંભળાતો નથી. મિત્રો નિરાશ ન થાઓ. તમારા જેવો જ હું હતો. પૂર્વનું વિજ્ઞાન વર્ષોથી જાણતું હતું કે શરીરનું એક કેન્દ્ર હોય છે. નાભી પાસે તે આવેલું છે. ગામઠી ભાષામાં પેચોટી શબ્દ સાંભળ્યો છે ને? એની જ વાત દાસાનું દાસ કહે છે. પૂર્વના લોકો જાણતા હતા કે જો શરીરનું કેન્દ્ર તેની જગ્યાએ ન હોય આપણે અસ્વસ્થતા અનુભવીએ છીએ. આ કેન્દ્ર તેના સ્થાનથી હટે છે ને આપણા શરીરમાં વિવિધ રોગો દેખા દે છે. લોકો એ પણ જાણતા હતા કે જો શરીરના કેન્દ્રને નાભીમાં સ્થાપીત કરીએ તો સ્વસ્થ થવાય છે. એટલા માટે લોકો યોગના આસનો કરતા હતા. કસરતની કસરત અને દવાની દવા. તેમ છતાં પણ જો તકલીફની શરુઆત થાય તો આયુર્વેદ હાજર જ હતો. હવે જો સ્વસ્થ શરીર હોય તો જ આ વિજ્ઞાનનો પ્રયોગ આપણે કરી સકીએ છીએ. આ વાતને ધ્યાનમાં રાખીએ. આપણે શ્વાસોશ્વાસ કરીએ છીએ તેનો પણ અવાજ આવે છે. આ અવાજ કંપનો ધ્વારા પેદા થાય છે. આપણી કર્ણેન્દ્રિય ૨૦ થી ૨૦,૦૦૦ કંપનોનો અવાજ સાંભળી સકે છે. તેના સિવાયના કંપનોનો અવાજ આંતર ઈન્દ્રિય ધ્વારા સાંભળી સકાય છે. નાદ એ આપણા શરીરના કેન્દ્ર સ્થાને થતા સ્પંદનોનો અવાજ છે એટલે પૂર્વના લોકો પ્રાણાયામ શીખતા. ભ્રામરી પ્રાણાયામ નાદને સાંભળવા મદદ રુપ થાય છે.

નાદ એ કોઈ ચમત્કારીક વસ્તુ નથી. કે યોગીઓ અને સંતો જ સાંભળી સકે છે. આપણા સૌમાં એ સતત થયા જ કરે છે. બસ એની પરખ પેદા કરવાની જરુર છે. આ એક વિજ્ઞાન જ છે. ચમત્કાર નથા. કહે છે ને કે સ્વસ્થ શરીરમાં સ્વસ્થ મન હોય છે. આ પણ એક મંત્ર જ છે. તે શીખવો પડે છે. એ સાધનાનો એક ભાગ છે. એ કરવું નથી અને નાદ સંભળાતો નથી! ગુરુ આપણને માર્ગદર્શન આપી સકે છે. પ્રયત્નો આપણે જાતે જ કરવા પડે છે. આ પ્રયત્નો શિષ્યત્વ કેળવવાથી આવે છે. હવે દાસાનું દાસનો ગુરુ પ્રેમ સમજાય છે ને? ચાલો આગળ યાત્રા કરીએ.

૩.૦ "આત્મા"

૩.૧ "સત્ય" (આત્મા) શું છે?

સત્ય એને કહેવાય કે જે ત્રિકાળા બાધીત છે. ત્રણેય કાળમાં, ભૂત, ભવિષ્ય અને વર્તમાનમાં કોઈ પણ જાતના ફેરફાર થયા વગર જેમ છે તેમ કાયમ રહે છે. કે જે કપાતુ નથી, ભેદાતું નથી, જન્મતું નથી કે મરતું નથી, અજર અમર અને અવિનાશી છે. તે અખીલ અને બ્રહ્માંડમાં સર્વત્ર એક સમાન વ્યાપક રુપે વિલસી રહયું છે.

તે આનંદ સ્વરુપ; પરમ સુખ રુપ, જ્ઞાન સ્વરુપ – કેવલ્ય જ્ઞાન, ધ્વન્ધ્વથી પર, આકાશથી પણ પાતળું, મળ રહીત, ચલીતમાન ન થાય એવું અને કાયમ માટે સાક્ષી રુપે વિલસી રહેલું છે. તે નિર્ગુણ, નિરંજન, નિરાકાર, અનાશક્ત, અસંગ, અક્ષરાતિત, જ્ઞાનાતિત, શબ્દાતિત, તુરિયાતિત, ઈન્દ્રિયાતિત તથા મન-બુધ્ધિથી પર તે પરમાત્મા – પરાત્પર બ્રહ્મ કે ભગવાન, ગોડ, ખુદા વગેરે નામોથી ઓળખાય છે. એ જ દરેક પ્રાણીઓમાં ચેતન રુપે વિલસી રહયો છે. તેને આપણો આત્મા પણ કહેવાય છે અને હમેશા આપણી સાથે જ છે. આપણાથી કદી જુદો નથી પડતો પરંતુ આપણે અજ્ઞાનતાને લઈને મુળ આપણું આત્મસ્વરુપ ભૂલીને બીજું સ્વરુપ ભ્રાંતિથી ધારી લીધેલું છે. તેથી કરીને જગતના દુખ-દર્દ, રાગ-ધ્વૈષ, હું-મારું, સારું-ખરાબ, ભય-ચિન્તા, હરખ-શોક, માન-અપમાન, જન્મ-મરણ વગેરે વગેરે ધ્વન્ધ્વમાં પડી જઈને, પોતાનો મૂળ આનંદ ભૂલી જઈને જગત-સંસારની માયા જાળમાં ફસાય ગયેલા છીએ અને કાયમ દુખી રહીએ છીએ.

સત્ય તો એ છે કે માનવ માત્રનો અંતર આત્મા અત્યંત મહાન અને પરમ પ્રેમ પૂર્ણ છે. સર્વ કાંઈ આત્મામાં જ સમાયેલું છે. સમગ્ર વિશ્વની સર્જન શક્તિ આપણા દરેકની અંદર વિધમાન છે. જે દિવ્ય તત્વ આ જગતનું સર્જન અને પોષણ કરે છે; તે આપણા હ્રદયની અંદર મન રુપે પ્રગટ થઈને સર્વ ઈન્દ્રિયો ધ્વારા બહાર પ્રકાશીત થઈ રહયું છે, અને બાહય જગતના ભૌતિક જ્ઞાન મેળવવાના પ્રયત્નો કરી રહયું છે. અને પરીણામે જગતના પદાર્થોમાં રાગ-ધ્વૈષ, હરખ-શોક, ભય-ચિન્તા, આધિ-વ્યાધિ વગેરે વગેરે અનેક ક્લેશો-દોષો તથા અનેક વૃતિઓમાં પડી જઈને દુખ અને જન્મ-મરણના બંધનોમાં ફસાય જાય છે. પણ જો બાહય જગતના જ્ઞાન પાછળ પડવાને બદલે આપણે જો અંતર જ્ઞાનની પ્રાપ્તી માટે પ્રયત્ન કરીએ તો થોડા જ સમયમાં આ દિવ્ય તત્વ-આત્માનો પ્રકાશ આપણી બુધ્ધિને પ્રકાશીત કરે છે અને તેના વડે સ્વરુપ વિષેનું સાચું જ્ઞાન સમજાય છે અને આપણા મુળ સ્વરુપમાં સ્થિત થવાથી જ આપણને ચિતમાં શાશ્વત

સુખ-શાન્તી-સંતોષ વગેરે અનુભવાય છે તથા મોહ-માયા-ભય-રાગ-ક્રોધ વગેરેથી મુક્ત થવાય છે અને મોક્ષ પદમાં સ્થિત થાય છે. જન્મ-મરણના ચક્રમાથી મુક્તિ મળે છે.

માનવ જીવનનો સાચો હેતુ અને ધ્યેય આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવો એ જ છે. મનુષ્યને પોતાના આત્માનું ભાન ન હોવાથી તેને પોતાની જાતને ક્ષુલક, અપૂર્ણ અને ઈશ્વરથી ભીન્ન જોવાની ટેવ પડી ગઈ છે, આમ તે પોતાની અંદર રહેલ દિવ્યતાના અનુભવથી જાતે જ વંચિત રહે છે. આપણા અંતરમાં રહેલી દિવ્યતાનો અનુભવ જાતે કરવા માટે જ વિવિધ પ્રકારની આધ્યાત્મિક સાધનાઓ માણસ કરે છે. છતાં પણ એ સાધનાઓ ધ્વારા આત્મ પ્રાપ્તી થતી નથી. કારણ કે આત્મા તો સતત-પહેલેથી જ પ્રાપ્ત છે. આત્મા તો હમેશા આપણી સાથે જ છે.

જેમ સૂર્યને તેના પ્રકાશથી અલગ પાડી સકાય નહી તેમ આત્માને પણ આપણી જાતથી અલગ પાડી સકાય નહી. આત્મબળ જ આપણા જીવનને ટકાવી રાખે છે. આપણો આત્મા વિધમાન ન હોત તો આપણી આંખો જોઈ સકત નહી, કાન સાંભળી સકત નહી અને આપણો શ્વાસ અંદર અને બહાર આવ-જા કરી સકત નહી. આત્માના તેજને-પ્રકાશને કારણે જ હૃદય ધબકી રહયું છે, મન ચિંતન કરી રહયું છે. આત્માના કારણે જ અંદર પ્રેમ ઉભરાય છે. આપણી સર્વ ઇન્દ્રિયોનું પ્રેરકબળ આત્મા જ છે. કારણ કે આપણે જે વસ્તુઓની ઇન્દ્રિયો ધ્વારા અનુભૂતિ કરીએ છીએ તેને આત્મા જ પ્રકાશીત કર છે. આપણું આ શરીર પોતે કાંઈ જ કરી સકતું નથી. જેમ વિજળી વિના યંત્ર ન ચાલે તેમ આત્માના પ્રકાશ વિના આપણું આ શરીર માત્ર શબ જ છે. જડ યંત્ર જેવું છે.

આપણો આત્મા વિશુધ્ધ અને પરમ સ્વતંત્ર છે. આત્માનો **પ્રકાશ** આપણા ચિતની અંદર સતત **સ્ફૂરતો-ધબકતો** અનુભવી સકાય છે. તે ઈન્દ્રિયો કે મન-બુધ્ધિ ધ્વારા અનુભવી સકાતો નથી, કારણ કે ઈન્દ્રિયો કે અંતઃકરણ (મન, બુધ્ધિ, અહંકાર) તેના (આત્માના) પ્રકાશ વડે જ કાર્ય કરી સકે છે. **આત્માનો અનુભવ કરવા માટે મન-ઈન્દ્રિયોને શાંત કરી દેવા પડે છે.**

પરમ આત્માના બે રુપો છેઃ **પ્રકાશ અને વિમર્શ.** પ્રકાશ એટલે પ્રકાશીત કરવું અને વિમર્શ એટલે જ્ઞાન. પ્રકાશ ધ્વારા તે તત્વ (આત્મા) વિશ્વની અંદર રહેલ દરેક વસ્તુને અને પોતાની જાતને પણ પ્રકાશીત કરે છે. અને વિમર્શ ધ્વારા તે તત્વ પોતે પ્રકાશીત કરેલ વસ્તુઓનું જ્ઞાન આપે છે. અને તે વસ્તુઓમાં રહેલ ભેદ બતાવે છે. **પ્રકાશ** ધ્વારા **વસ્તુના અસ્તિત્વ**નું ભાન થાય છે. અને **વિમશ** ધ્વારા **વસ્તુના સ્વરુપનું** જ્ઞાન થાય છે. જેમ કે આપણે કોઈ પુસ્તક તરફ જોઈએ છીએ, ત્યારે કંઈક ત્યાં છે તેવું ભાન કરાવનાર પ્રકાશ છે. અને તે પુસ્તક જ છે પથ્થર નથી એવી સમજ (જ્ઞાન) વિમર્શ આપે છે આ પ્રકાશ અને વિમર્શ વિશ્વમાં દરેક વસ્તુમાં વિધમાન છે. આત્મા પણ પ્રકાશ અને વિમર્શ રુપે છે. તે સ્વયં પોતાની જાતને પ્રકાશીત કરે છે. અને પોતે શું છે તેનું ભાન પણ તે સ્વયં પોતાને જ કરાવે છે.

સૂર્ય જેમ પોતાને પ્રકાશીત કરે છે અને આખા વિશ્વને પણ પ્રકાશ આપે છે. તેવી જ રીતે આત્મા પણ પોતાને પ્રકાશીત કરે છે અને અંતઃકરણ તથા બાહ્ય ઈન્દ્રિયોને પ્રકાશ આપે છે. તેથી જ આત્માને પોતાના પ્રકાશ વડે જ જાણી સકાય છે.

પરમ પ્રકાશમય સૂર્ય; જ્યારે વાદળા હોય છે, ત્યારે દેખાતો બંધ થઈ જાય છે, અને વાદળાઓ હટી જવાથી સૂર્ય અને તેનો પૂર્ણ પ્રકાશ અનુભવાય છે. તેવી જ રીતે આપણા ચિતમાં અહમની વૃતિઓ રુપી વાદળાઓ ઘેરાય જાય છે ત્યારે આપણા આત્મા દેખાતો નથી અને તેનો પૂર્ણ પ્રકાશ આપણા મન-બુધ્ધિ, ઈન્દ્રિયોને મળતો નથી તેથી અજ્ઞાન – અવિધા – ભ્રાન્તી થાય છે. અને પરીણામે હું - મારું - રાગ - ધ્વૈષ – અભિનીવેશ વગેરે દુખ કારક ક્લેશો આપણા ચિતમાં ઉદભવે છે. પણ જો ચિતવૃતિઓ રુપી વાદળાઓને હટાવીને ચિત શુધ્ધ – નિર્મળ ચિદાકાશ રુપે બને તો તેમા આત્માનું (પ્રકાશનું) પ્રતિબીંબ દર્શાય છે.

જેવી રીતે આપણે દર્પણમાં આપણું પ્રતિબીંબ જોઈએ છીએ, તેવી જ રીતે શુધ્ધ નિર્મળ બુધ્ધિમાં પ્રતિબીંબીત થતો આત્મા આપણે જોઈ સકીએ છીએ. એટલે કે ઈન્દ્રિયાતીત આત્મા પણ સુક્ષ્મ બુધ્ધિ ધ્વારા જાણી સકાય છ. **તે આત્મસ્વરુપને ઓળખી – પારખી – નિરખીને નક્કી કરીને – પાકો નિશ્ચય કરી પોતાના મુળ સ્વરુપમાં સ્થિત થવાથી ખોટો ભ્રાન્તીથી પકડાયેલો અહંકાર દૂર થાય છે. અને જગતના સર્વ દુખોનો નાશ થાય છે. તથા જીવનમાં શાશ્વત સુખ, શાન્તી, સંતોષ, આનંદ વર્તાય છે.**

આમ સત્ત, ચિત્ત, આનંદ; શુધ્ધ-બધ્ધ અને સદાય મુક્ત આપણા મુળસ્વરુપ આત્માનો અનુભવ કરવા માટે ચિત્તવૃતિનો નિરોધ કરીને આપણી બુધ્ધિ શુધ્ધ અને નિર્મળ કરી પ્રજ્ઞાવાન બનીએ તો આપણા હૃદયમાં જ આત્માનુભૂતિ થાય તેવો પાકો નિશ્ચય છે.

૪.૦ બુધ્ધિ યોગ

૪.૧ (“સ્થિત પ્રજ્ઞતા અને તેના લક્ષણો”)

ભગવત ગીતામાં ભગવાન શ્રી કૃષ્ણે આ વાત બહુ સ્પષ્ટ રીતે કહી છે. **‘બુધ્ધિ ગ્રાહય અતીન્દ્રીયમ’** આત્મા ઈન્દ્રિયોથી અતીત-પર છે. છતાં પણ તેને સૂક્ષ્મ બુધ્ધિ ધ્વારા જાણી સકાય છે. આ બાબતમાં જ્યારે અર્જુન કૃષ્ણને પૂછે છે કે,

“સમાધિમાં સ્થિતપ્રજ્ઞ જાણવો કેમ, કેશવ?
જે સ્થિર બુધ્ધિનો હોય, તે બોલે – હરે – ફરે કેમ?”

ત્યારે શ્રી કૃષ્ણ અર્જુનને જવાબ આપતા કહે છે કેઃ –

૧ મનની સર્વ કામના છોડીને આત્મામાં જ
રહે સંતુષ્ટ આત્માથી, તેને સ્થિતપ્રજ્ઞ જાણવો.

ત્યાર બાદ તેના લક્ષણો બતાવતા કહે છે કે ....

૨ દુઃખે ઉધ્વેગના ચિત્તઃ સુખોની ઝંખના ગઈ,
ગયા રાગ – ભય – ક્રોધ, મુનિ જે સ્થિર બુધ્ધિનો.

૩ આશક્ત નહી જે ક્યાંય, મળે કાંઈ શુભ – અશુભ.
ન કરે હર્ષ કે શોક. કે જેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર.

૪ કાચબો જેમ અંગોને સંકેલે, તેમ જે વિષયો થકી
સંકેલે ઈન્દ્રિયો પૂર્ણ, કે જેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર.

૫ નિરાહારી શરીરના ટળે છે વિષયો છતાં, રસ રહી
જતો તેમાં, જે ટળે પેખતાં પરમ-બ્રહ્મ.

૬ પ્રયત્નમાં રહે તો યે શાણા એ નર ના હરે,
મનને ઈન્દ્રિયો મસ્ત વેગથી વિષયો ભણી.

૭ તો યોગથી તે વશે કરી રહેવું મત પરાયણ.
જેથી સંયમે ઈન્દ્રિયો પૂર્ણ કે જેની પ્રજ્ઞા થઈ સ્થિર.

ઉપરોક્ત બાબતે અર્જુનનું ખાસ ધ્યાન દોરતા ચેતવણી આપતા કહે છે કે ...

૮ જો વિષયોમા રહે ધ્યાન, તો તેનાથી આસક્તિ ઉપજે.
આસક્તિથી જન્મે કામ; કામથી ક્રોધ નિપજે.
ક્રોધથી મૂઢતા આવે, મૂઢતા સ્મૃતિને હરે.
સ્મૃતિ લોપે બુધ્ધિ નાશ, અને બુધ્ધિ નાશે સર્વ નાશ થાય છે.

૯ માટે ... **રાગને ધ્વેષથી છૂટેલી ઈન્દ્રિયોએ વિષયો ગ્રહે,**
વશેઈન્દ્રિયે સ્થિત આત્મા, તો તે પામે પ્રસન્નતા.
૧૦ આમ ... **પામ્યો પ્રસન્નતા તેના દુખો સર્વ નાશ પામતા.**
પામ્યો પ્રસન્નતા તેની બુધ્ધિ શિઘ્ર બને છે સ્થિર.

પણ આગળ કૃષ્ણ કહે છે કે, -

૧૧ **અયોગીને ન બુધ્ધિ, અયોગીને ન ભાવના,**
ન ભાવ હીનને શાન્તી, તો સુખ ક્યાં હોય અશાન્તને?

વધુ આગળ સમજાવતા કહે છે કે –

૧૨ **ઈન્દ્રિયો વિષયોએ દોડે, તે પૂંઠે દોડે મન**
દેહાની તે હરે બુધ્ધિ, જેમ વા નાવને જળે.
૧૩ **તેથી જેણે બધી રીતે, સંકેલી વિષયો થકી**
ઈન્દ્રિયોને નિગ્રહે રાખી, કે જેની પજ્ઞા થઈ સ્થિર.
૧૪ **જેમ લંગરમાથી મુક્ત થયેલું વહાણ સમુદ્રમાં આગળ**
વધીને સામે કાઠે પહોચે છે તેમ વિષયોના બંધનોમાંથી
છૂટીને સંસાર સાગર તરીને મોક્ષગતીને પામી સકાય.
૧૫ **નિશા જે સર્વ ભૂતોની, જેમા જાગે જાગૃત સંયમી**
જેમા જાગે સર્વ ભૂતો, એ જ્ઞાની મુનીની નિશા.
૧૬ તેથી... **છોડીને કામના સર્વે, ફરે જે નર નિસ્પૃહ;**
અહંતા મમતા મુકી, તે પામે શાન્તિ ભારત.
૧૭ **આ છે બ્રહ્મ દશા, તે પામ્યે મોહમાં ન પડે,**
ને અંતકાળે તે રહે, અને બ્રહ્મ નિર્વાણ મેળવે.

ઉપરોક્ત ગીતા બોધ, કોઈ પણ અનુભવી સંત પાસેથી બરાબર, જેમ છે તેમ સમજીને જો કોઈ મનુષ્ય પોતાના જીવનમાં અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય વડે અનુસરે તો તેની બુધ્ધિ, ત્રણ ગુણોથી – સત, રજ, તમથી – પર થઈ વિશુધ્ધ નિર્મળ બને છે કે જેને પ્રજ્ઞા કહે છે. તે બુધ્ધિ વડે આત્મ અનુભૂતિ કરીને પોતાના મળ સ્વરુપ આત્મામાં સ્થિર થઈ પરમ પદને પામીને કલ્યાણ કરે છે. વેદોનું એક મહાવાક્ય છેઃ –

'પ્રજ્ઞાનમ બ્રહ્મ.' એટલે કે પ્રજ્ઞા એ બ્રહ્મનું જ સ્વરુપ છે. આમ આપણો આત્મા અને બ્રહ્મ એક જ છે અને તે અનુભવી સકાય છે. તેમાં સ્થિત થવાથી તેના લાભ મળે છે.

દાસાનું દાસ ફરી વાર આપણા માટે, થોડી સરળ ભાષામાં ઊપરના સતર સૂત્રોને પુનરાવર્તિત કરે છે.

પ્રથમ અર્જુનનો પ્રશ્ન સમજીએ.

સમાધીમાં સ્થિત પ્રજ્ઞ જાણવો કેમ કેશવ?

સમાધી લાગવી એટલે આપણું મન જ્યારે જે વિષયમાં એકાગ્ર થઈને તે વિષય રુપ બને, ત્યારે આપણને તે વિષયની સમાધી લાગી કહેવાય. અને મનને જે વિષયની સમાધી લાગી હોય તે વિષયનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન થાય છે. એટલે કે તે વિષયનો બોધ થાય છે. એટલે કે તેની બુધ્ધિમાં તે વિષય વિષેનું પૂર્ણ જ્ઞાન થયું કહેવાય; બુધ્ધિમા જ્ઞાન પ્રકાશ થયો કહેવાય.

સ્થિતપ્રજ્ઞ –

સ્થિત એટલે સ્થિતિ કેળવવી, અને પ્રજ્ઞ એટલે પોતાના સ્વરુપનું જ્ઞાન. **આમ સ્થિતપ્રજ્ઞ એટલે પોતાના મૂળ સ્વરુપમા – બ્રહ્મમાં સ્થિતિ કેળવીને તે સ્વરુપે રહેવું.** તે સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવાય.

હવે પ્રશ્નને બરાબર સમજીએ તો ...

મનને પોતાના મૂળ સ્વરુપ – બ્રહ્મ વિષેની સમાધી લાગી છે અને તેમાં સ્થિર થયું છે તે કેમ જાણી સકાય? અને એ બ્રહ્મ સ્થિતિમાં રહેનારના લક્ષણો – વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં – શું ફેરફાર થાય? એટલે કે બ્રહ્મ દશામાં રહેનારનું જીવન કેવી રીતે વિતે છે?

તો પહેલા આપણે મન વિષે થોડું સમજવું જોઈએ.

મન એટલે શું?

એ મન આપણી અંદર કેવી રીતે કામ કરે છે?

આપણા જીવનમાં તેનું મહત્વ શું?

મનની ઉત્પતી, સ્થિતિ અને લય કેવી રીતે થાય છે?

આપણો વિચાર કરીએ તો આપણા ચાર શરીર છે. –

૧ – સ્થૂળ દેહ,

૨ – સૂક્ષ્મ દેહ,

૩ – કારણ દેહ,

૪ – મહા કારણ દેહ.

હવે આપણે થોડું વિસ્તારથી સમજીએ તો. –

૧ – શરીરઃ – લોહી, હાડકા, માંસ, મજ્જા અને નાડીઓ.

૨ – ઈન્દ્રિઓઃ – કર્મેન્દ્રિઓ – હાથ, પગ, જીભ-મોઢું, સર્જન-જનનેન્દ્રિય અને ઉત્સર્જન- ગુદા.

જ્ઞાનેન્દ્રિઓ – આંખ, કાન, નાક, જીભ અને ચામડી.

૩ – મનઃ – અંતઃકરણ, મન, બુધ્ધિ, ચિત અને અહંકાર.

૪ – **પ્રાણઃ –** પ્રાણ, અપાન, સમાન, વ્યાન અને ઉડાન.

આમ આપણે જોઈએ તો ટૂંકમા આપણું જીવન શરીર, ઈન્દ્રિઓ, મન અને પ્રાણ થકી ચાલી રહયું છે. તો તે સર્વ આપણા સાધન થયા. પરંતુ આપણે તો ચેતન રુપે આપણા શરીરમાં અંદર-બહાર બધે વ્યાપક પણે પ્રસરી રહયાં છીએ તેમ છતાં આપણને આપણાં પોતાના વિષેનું જ્ઞાન ન હોવાને કારણે સ્થૂળ શરીરને "હું" માનીને મનથી દેહાધ્યાસ થયલ છે. અને મન વડે સંકલ્પ કરીને અહંકાર ધારણ કરેલ છે. અને આમ આપણા મૂળ સ્વરુપ, શુધ્ધ, બુધ્ધ, મુક્ત – ચૈતન્ય સ્વરુપને ભૂલી જઈને જીવ રુપે સીમિત થઈ ગયા છીએ. આપણો બધો વ્યવહાર મન ધ્વારા જ થાય છે.

પરમાત્માના શુધ્ધ ચૈતન્યમાં દૃષ્ય રુપે પ્રતિતી થવાના સ્વભાવને લીધે જ્યારે જે વિષયની કલ્પના કરે છે ત્યારે તે શુધ્ધ ચેતનમાં તે વિષયની દૃષ્ય રુપે પ્રતિતી થાય છે. જેમ આપણે અરીસા સામે ઉભા રહીએ તો આપણું પ્રતિબિંબ ભાસે છે તેવી રીતે શુધ્ધ ચેતન રુપી સપાટીમાં જે વિષયની કલ્પના કરી હોય તે વિષયના દૃષ્યની પ્રતિતી થાય છે. તે સાથે જ ચેતનમાં દૃશ્યની પ્રતિતી થાય છે. તે ચેતન (દૃષ્ટા) દૃષ્ય સાથે ભળવાથી તે દૃષ્યમાં જીવ પણાનો ભાવ થાય છે.

ત્યારે ચેતન જીવરુપે બનીને ચેતનમાં દૃષ્ય વિષેની ચિન્ત્વન કરવાના સ્વભાવને લીધ ચિતની પ્રતિતી થાય છે. તેથી તે ચેતન ચિતમાં (રહીને) દૃષ્ટા રુપે થઈને દૃષ્યનું ચિન્ત્વન કરે છે. આમ ચેતન દૃષ્ય સાથે ભળવાના સ્વભાવને લીધે તેમા ભળવાથી દૃષ્યમાં જીવ પણાની પ્રતિતી થાય છે. ત્યાર બાદ ચેતન દૃષ્ય સાથ એક રુપ થવાથી ચિતમાં દૃષ્ય વિષેના અહંકારની પ્રતિતી થવાના સ્વભાવને લીધે ચેતનમાં અહંકાર પણુ આવે છે. ત્યાર બાદ ચેતન દૃષ્ય સાથે લાંબા સમય માટે સાથે રહેવાથી દૃષ્ય સાથે એક રુપ થવાના સ્વભાવને લીધે તેને દૃષ્યના જ્ઞાનની પ્રતિતી થાય છે. ત્યારે ચેતનમાં બુધ્ધિપણું થાય છે. એવી જ રીતે ચેતનમાં વિષયોનું મનન કરવાના સ્વભાવને લીધે વિષયનું (દૃષ્યનું) મનન કરે છે ત્યારે મન થયું કહેવાય.

આવી રીતે ચેતનની સ્કૂરણામાંથી જીવ – ચિત – અહંકાર – બુધ્ધિ – **મન** વગેરે થયેલ છે.

એ ચેતન જ્યારે કલ્પેલા દૃષ્ય સાથે ભળે ત્યારે જીવ કહેવાય,

એ દૃષ્યનું રુપ ધારણ કરે ત્યારે અહંકાર કહેવાય,

એ ચેતન જ્યારે દૃષ્ય સાથે સંયોજીત થઈને તે દૃષ્યનું જ્ઞાન ધરાવે ત્યારે બુધ્ધિ કહેવાય. અને જ્યારે ચેતન દૃષ્ય વિષેનું મનન કરે ત્યારે મન કહેવાય છે.

એ ચેતન તે દૃષ્ય વિષે સંકલ્પ-વિકલ્પ કરે ત્યારે તેને મન કહેવાય છે.

એ ચેતન સંકલ્પ-વિકલ્પ – ચિન્ત્વન કરે ત્યારે ચિત કહેવાય છે.

એટલે કે ઉપરોક્ત બધા નામો જેમ કે જીવ, અહંકાર, જ્ઞાન, બુધ્ધિ, ચિત અને મન વગેરે અલગ-અલગ કાર્ય ભેદે ચેતનના જ નામો છે.

ચેતન જ ...

ચિન્ત્વન (કલ્પના) કરે ત્યારે **ચિત** કહેવાય,

કલ્પેલા વિષય સાથે ભળે ત્યારે **જીવ** કહેવાય.

કલ્પેલા (પદાર્થ) વિષયનું રુપ ધારણ કરી તેના સાથે એક રુપ થાય ત્યારે **અહંકાર** કહેવાય.

ચેતના વિષય સાથે લાંબો વખત (સમય) સંયુક્ત રહેવાથી તે વિષયનું જ્ઞાન થવાથી **બુધ્ધિ** કહેવાય છે.

તે વિષયનું મનન – સંકલ્પ-વિકલ્પ કરવાથી **મન** થયું કહેવાય છે.

શબ્દોમાં ગુંચવાતા જઈએ છીએ. ચેતન અને ચેતનાના અલગ-અલગ રંગો-પરિવર્તનો અને તેના માટે વપરાતા શબ્દો આપણે ઠીકથી જાણતા નથી અને અહીયા દાસાનુ દાસ તો ગુરુના રંગે રંગાઈ ગયા છે. યાદ કરો કૃષ્ણમૂર્તિને ... અને દાસાનુ દાસ પરિવર્તિત થતા જાય છે. હવે જે ભાષા અને શબ્દોનો પ્રયોગ કરે છે. તેઓ મનથી ઊપર ચાલ્યા જાય છે. પરંતુ જો અંતઃકરણ-હૃદયનો ઉપયોગ કરશું તો મિત્રો શબ્દોનો ભાવ પકડમા આવી જાશે. કોશિશ કરીએ....

આપણે નાના હતા. યાદ નહી આવે ... પણ આપણા નાના ભાઈ-બહેનને યાદ કરીએ. એ જરુર યાદ આવશે. હજુ ઠીકથી બોલતા નથી આવડયું, આપણે તેને લાડથી બોલાવીએ છીએ ઢબ્બુ!

પ્રશ્ન કરીએ છીએ, ઢબ્બુ ક્યાં?

ઢબ્બુને કંઈ સમજાતું નથી. તેના તરફથી કોઈ પ્રત્યુતર આવતો નથી. આ જગતની પ્રથમ વિશ્વવ્યાપી મૌન ભાષા છે. તે કંઈ જાણતો નથી એટલે સમજતો નથી અને આપણે કહીએ છીએ કે ઢબ્બુ તું ઢબ્બુ જ છો! અરે! તૂં જ તો ઢબુ છો. હવે જો કંટાળીને તેને એમ જ છોડી દઈએ તો? તેનો આગળનો વિકાસ અટકી જાશે. પણ આપણને તો તેના તરફ પ્રેમ અને લાગણી છે. તો લાડથી કોશિશ કરીએ છીએ. પરિક્ષામા સવાલના જવાબની તૈયારી કરતા હોઈએ એ રીતે તેને રટાવીએ છીએ કે તું જ ઢબ્બુ છો. ત્યારે માંડ માંડ તે પોતા તરફ હાથથી આંગળી ધ્વારા બતાવે છે કે આ ઢબ્બુ છે. કેટલી કોશિશ કરવી પડી હતી. યાદ આવે છે!

તે નિર્દેશ કરે છે. પણ કહેતો નથી કે હું ઢબ્બુ છું. આ વસ્તુ આપણી ધ્યાન બહાર રહી જાય છે. કારણ જાણીએ .... બાળક હજી અબોધ છે. સ્લેટ કોરી છે. આપણે તેને જીવનનું વહેવારું શિક્ષણ આપવાની કોશિશ કરીએ છીએ. પરંતુ કહેવત છે ને કે કુવામાં હોય તો અવેળામાં આવે. આપણી પાસે જે હોય તે જ આપણે આપી સકીએ છીએ. કોઈનો દોષ નથી. માટે જ શાસ્ત્રોમા ઉલ્લેખ કરવામાં આવે છે કે બાળકો ભગવાનનું સ્વરુપ છે. સંતો બાળકો જેવા હોય છે. સંતો બાળકો છે એમ નથી કહેવાતું. હવે આપણે બાળકને મારું અને તારું એવા વિભાજન તરફ લઈ જઈએ છીએ. એક બીજી વાતની નોંધ લઈએ. નાના બાળકને જો પ્રેમથી બોલાવશું અને તેને તેડશું તો તે ચીપકી જાશે. મારા, તારાની ભાવના જાગ્યા પછી સ્થિતિ બદલાઈ જાશે.

આ બાળક અક્ષર જેવો હોય છે તેને આપણે અક્ષર જ્ઞાન આપવાની શરુઆત કરીએ છીએ અને તેને પાટી-સ્લેટ હાથમાં આપીએ છીએ. પાટી તેના માટે એક પૂર્ણ એકમ છે. તેમા તેને 'ક' લખીને આપશું તો તે 'ક' લખતા શીખે છે. પણ 'ક' ને આખી પાટીમા, પાટીની સાઈઝ જેટલો ચીતરે છે. પછી 'ખ' લખતા-ચીતરતા શીખે છે. અને એ રીતે 'ગ' પણ ચીતરતા શીખી જાય છે.

હવે જો તેને 'ક' પાટીમા ચીતર્યા પછી કહીએ 'ખ' પણ ચીતર-લખ. ચીતર શબ્દ એટલા માટે વાપર્યો છે કે બાળ માનસમાં એ ચિત્રના રુપમાં જ હોય છે. બે અક્ષર પાટીમા સમાવવા આ બાળકના માટે મુશ્કેલ કામ છે. 'ક' લખ્યા પછી 'ખ' લખવા માટે બાળક જગ્યા શોધે છે. આપણે સમજી સકતા નથી તેની મુશ્કેલી. પાટી તેના માટે અવિભાજ્ય એકમ છે. જ્યાં સુધી પાટીના બે હિસ્સા નહી પાડીએ વચ્ચે લીટો દોરીને, ત્યાં સુધી ઉકેલ નથી આવતો. તેને સમજાવવું પડે છે કે આ હિસ્સામાં 'ક' લખવાનો-ચીતરવાનો અને આ લીટાની બહાર ન જાવો જોઈએ. બીજા હિસ્સામાં 'ખ' લખવાનો. બન્ને અક્ષરની સીમા રેખા નક્કી કરીને સમજાવવાની યુક્તિને-પધ્ધતિને વિભાજન કહે છે. જે આગળ જતાં મારા-તારામાં પરિવર્તિત

થાય છે. આ રીતે આપણે તેના અક્ષર સ્વભાવમાં ક્ષરતા પેદા કરી દીધી. આ રીતે આપણે ઘણી બધી પધ્ધતિઓથી શિક્ષીત કરતાં જઈએ છીએ. ઘરમા કુટુંબી જનો, શેરીમાં મિત્રો, શાળામાં ગુરુઓ-શિક્ષકો, મંદિરમાં અને સમાજમાં ઘણું ઘણું જ્ઞાન આપવામાં આવે છે. જીવનમાં આગળ વધવા અને આજીવીકાને ચલાવવા આ બધું જ અનિવાર્ય છે. તેનો કોઈ વિકલ્પ નથી.

બુધ્ધે એક વખત તેમના શિષ્યોને એક દોરી લાવવાનું કહયું. દોરીને ગાંઠ મારવાનું કહયું પછી કહયું કે હવે દોરીની ગાંઠને અડક્યા વિના દોરીને પહેલાની સ્થિતિમાં લાવી દો. ખૂબ મહેનત બાદ શિષ્યોએ ભેગા મળીને કહયું કે ગાંઠને ઉલટાવ્યા સિવાય બીજો કોઈ ઉકેલ નથી.

દાસાનું દાસ કહે છે કે આ આપણા બધાનો ગુંચવાળો છે. હવે સમજાયું ને શા માટે ભાષાના શબ્દો એક જ હોવા છતાં તેના ભાવાર્થો બદલી જાય છે. છાપેલા શબ્દો તો બંદુકની કારતુસોના ખોખા છે. તેનો દારુગોળો ફૂટી ગયા પછી ખાલી ખોખા પડી રહે છે. માટે જ વન ટુ વન પધ્ધતિથી આશ્રમ શાળાઓમાં ગુરુ મુખેથી વછુટતી કારતુસો ધ્વારા જ્ઞાન રુપી શિક્ષણ લેવાની પધ્ધતિ પૂર્વમા વિકસીત થઈ હતી. બાળકો અબોધ છે આપણે શિક્ષણ રુપી બાધથી આપણા સ્વ-કેન્દ્રથી દૂર ગયા – બદલાયા. હવે આ બોધ રુપી જ્ઞાનને જો ધ્યાનમાં નહી રાખીએ – સમજીએ તો તે આપણને સંબોધિ થવામાં વિધ્નો પેદા કરશે. હવે દાસાનું દાસ આગળ વધે છે.

૫.૦ ઉત્પતી અને લય – વિશ્વ અને મન

૫.૧ વિશ્વની ઉત્પતી

અર્વાચીન જ્ઞાન વિશ્વની ઉત્પતી વિષે કહેવાય છે કે –

વિશ્વની શરુઆતમાં કંઈ જ નહોતું. કેવળ એક તરલ પદાર્થ ફેલાયેલો હતો. આ તરલ પદાર્થમાં અચાનક એક વિસ્ફોટ થયો. પ્રચંડ પ્રકાશ, અવાજ અને ઊર્જા પેદા થયા. સમયાંતરે આવા અનેક વિસ્ફોટો થયા. અનેક અગનગોળાઓ પેદા થતા ગયા. સમય જતાં તેનાં તાપમાન ઓછા થયા. એ આજના સૂર્યો કહેવાયા. આ અગનગોળાઓ આકાશમાં ગતિ કરતા હતા. એક ગતિ તેઓ કોઈ ચોક્કસ કેન્દ્રની આસપાસ ફરતા હતા. અને બીજી ગતિ તેઓ પોતાની ધરીની આસપાસ ફરતા હતા. આ સૂર્યો કાળક્રમે ઠંડા પડતા ગયા.

આ સૂર્યમાં અલગ અલગ તત્વો તેમની સંયોજકતા પ્રમાણે અલગ અલગ વજન ધરાવતા હતા. અને તેની ધરીની આસપાસ ગતિ કરતા હતા. તેથી અસંતુલીત બનતા તેમનું વિભાજન થયું અને તેના વિભાજીત ભાગો તેની આસપાસ ફરવા લાગ્યા. આ ગ્રહો કહેવાયા. આવા દરેક ગોળાઓ આકાશી પદાર્થો કહેવાયા.

ગ્રહોની ઊપરની સપાટી તરફ હલકા પદાર્થ વાયુ સ્વરુપમાં ફરવા લાગ્યા. અને ઘટ્ટ પદાર્થ કેન્દ્રમા ફરવા લાગ્યા. હજુ તાપમાન ઘટતાં સપાટીની ઊપર ફરતા વાયુઓ આજનું વાતાવરણ બન્યા. અને ઊપરનો ઘન પદાર્થ પૃથ્વીના-ધરતીના સ્વરુપમાં આવ્યો. અલગ અલગ સંયોજકતા વાળા તત્વો તેમના તાપમાન અને સ્વરુપ મુજબ એક બીજા સાથે સંપર્કમા આવતા અલગ અલગ સંયોજનો બન્યા. અને આજનું વિશ્વ બન્યું. આ રીતે ઉત્ક્રાંન્તી ચાલતી રહી.

સમય જતા જીવન પેદા થયું. ઉત્ક્રાંતી ચાલતી રહી. માનવ પેદા થયો. આમ આપણે પણ પેદા તો એ એક તરલ તત્વમાંથી જ થયા છીએ. આ એક જ તત્વમાંથી રુપાંતરણ ધ્વારા અલગ અલગ તત્વો-સંયોજકો અલગ અલગ સ્વરુપમાં આવતા ગયા. આપણે તેના અલગ અલગ નામ આપ્યા. તેની મૂળ ઓળખને વિસરી ગયા અને નવી ઓળખથી તેના વિભાજનને જાણવા લાગ્યા અને જ્ઞાની પંડીત બની ગયા. હવે યાદ કરીએ – આધ્યાત્મિક-મૂળ જ્ઞાનને તત્વ જ્ઞાન પણ કહેવામાં આવે છે. આ મૂળ તત્વ જ રુપાંતરણથી – ઉત્ક્રાંતીથી આખું અસ્તિત્વ સર્જાયું છે.

સત શાસ્ત્રો કહે છે **અંડે સો બ્રહમાંડે** એટલે કે આપણું શરીર અને બ્રહમાંડ એક સમાન છે. અવ્યક્ત-ચેતન શરીર ધ્વારા પ્રગટ-વ્યક્ત થાય છે. આ રુપાંતરણની પ્રક્રિયા દાસાનુ દાસની અનુભવ વાણી ધ્વારા સમજીએ.

૫.૨ મનની ઉત્પતિ, સ્થિતિ અને લય

૫.૨.૧ મનની ઉત્પતિ

હવે આપણે તત્વ દૃષ્ટિએ સમજીએ. તો સૌ પ્રથમ તો કાંઇ નહોતું, ત્યારે માત્ર શુધ્ધ સત્ય પરીબ્રહ્મ પરમાત્મા ચેતન રુપે વિલસી રહયા હતા; ચેતનના સ્વભાવ પ્રમાણે તેની સ્ફૂરણા થવાથી પ્રથમ નાદ થયો (ૐ કાર). ધુનાત્મક શબ્દ, અથવા રણુંકાર. કે જેને નાદ બ્રહમ પણ કહેવાય છે.

ત્યાર બાદ ધુનાત્મક શબ્દમાંથી વર્ણાત્મક શબ્દ હંસો (**'હં' 'સો'**) શબ્દમાં રુપાંતર થયું. કે જેને **પ્રાણ** પણ કહેવાય છે. એને શીવનું સ્વરુપ પણ કહેવાય છે. અથવા **'હં'** એટલે **અપાન** અને **'સો'** એટલે **પ્રાણ** પણ કહેવાય છે. એને ઈશ્વરનું **સતનામ** પણ કહેવાય છે. **'મંત્ર'** પણ કહેવાય છે. પ્રાણ જ્યારે સંકલ્પ કરે છે ત્યારે 'મન' પરીબ્રહમ પરમાત્મા રુપે થાય છે. – પ્રાણ જ્યારે સ્ફૂરે, ત્યારે મનરુપે થાય છે. (અહીં **મન** એટલે **અંતઃકરણ, જીવ, ચિત, અહંકાર, બુધ્ધિ અને મન** નો સમાવેશ થાય છે.)

સમજવા માટે આલેખના સ્વરુપમાં જોઈએ તો –

પરીબ્રહમ-પરમાત્મા અસ્તિત્વ, સાક્ષી.

↓ સ્ફૂરણ થતા

શુધ્ધ ચતન્ય પ્રકાશ, વિમર્શ, આત્મા, નારાયણ, સતનામ, વિષ્ણુ.

↓

ચૈતન્ય શક્તિ → જ્ઞાન શક્તિ → વિષ્ણુ

↓

પ્રણવ નાદ બ્રહમ → ૐ --વચન → સર્જન શક્તિ → બ્રહમા

↓

અનાહત નાદ બ્રહમ → સતનામ → ગતી શક્તિ → મહેશ

↓

સોહં – હં સો → પ્રાણ-અપાન → વર્ણાત્મક નામ → મંત્ર - અક્ષર.

↓

મન → (સકલ્પ-વિકલ્પ)

↓

પાંચ વિષયો (શબ્દ, સ્પર્શ, રુપ, રસ, ગંધ.)

↓

પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિઓ અને પાંચ કર્મેન્દ્રિઓ

↓

સ્થૂળ શરીર

૫.૨.૨ મનની સ્થિતિ – અવસ્થા

હવે આપણે મનની સ્થિતિ વિષે અનુભવથી ટુંકમા સમજીએ. –

તો આપણા આ સ્થૂળ દેહમાં મન ચાર અવસ્થાઓ ભોગવે છે.

૧. જાગૃત અવસ્થા –

જ્યારે મન ઈન્દ્રિઓ અને તેના વિષયો સાથે ભ્રમણ કરે છે, ત્યારે મનની જાગૃત અવસ્થા કહેવાય છે (તેને મોટું સ્વપ્ન પણ કહે છે.)

૨. સ્વપ્ન અવસ્થા –

જ્યારે મન ઈન્દ્રિઓ અને તેના વિષયોથી પર થઈને માત્ર કલ્પનાઓ-વિચારો કરે છે અને પોતાની શક્તિથી કલ્પનાઓ પ્રમાણે દશ્યની પ્રતિતી (આભાસ) થાય (નિર્મિત કરે) છે. ત્યારે મનની સ્વપ્ન અવસ્થા કહેવાય છે (તેને નાનું સ્વપ્ન પણ કહે છે.)

૩. સુષુપ્તિ અવસ્થા –

જ્યારે મન ઈન્દ્રિઓથી અને કલ્પના કે વિચારોથી પર થઈને પોતાના મૂળ કેન્દ્ર પ્રાણમાં લય પામે છે ત્યારે તે સ્થિતિને મનની સુષુપ્ત અવસ્થા કહેવાય છે (તેને અજ્ઞાન અવસ્થા પણ કહે છે.)

૪. તુરિયા સ્થિતિ –

જ્યારે મન સુષુપ્તિ અવસ્થામાં જઈને પ્રાણ સાથે લય ન થઈને પોતે જાગૃત રહે છે પરંતુ તે પોતાની ઉપરોક્ત ત્રણે અવસ્થાઓ જેવી કે જાગૃત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિથી પર રહીને જાગૃત રહે છે તે અવસ્થાને મનની ચોથી – તુરીયા અવસ્થા કહેવાય છે. તેને સમાધી પણ કહેવાય છે.

આ અવસ્થા દરમ્યાન અનાહત એટલે કે **ઈન્દ્રિઓ વગર મનને** નાદ, પ્રકાશ, ગંધ, સ્પર્શ, અને રસનો અનુભવ થાય છે! આ **ઈન્દ્રિયાતિત અવસ્થામાઃ** – વગર કાને સંભળાય છે. વગર આંખે જોઈ સકે છે. વગર જીભે રસાસ્વાદ મળે છે. વગર નાકે ગંધ માણી સકે છે. ત્વચા વગર સ્પર્શનો અનુભવ થાય છે.

આ રીતે ચારેય અવસ્થામાં મન જુદા જુદા **અભીમાન ધરે** (ધારણ કરે) છે. જેમ કેઃ – **જાગૃતમાં** – વૈશ્વિકમા **દેહાધ્યાસ**, **સ્વપ્નમાં** તેજસ (**સૂક્ષ્મ અહંકાર**), **સુષુપ્તિમાં** પ્રાજ્ઞેય અભીમાન (**અજ્ઞાન**); અને **તુરીયામાં બ્રહ્મનું અભીમાન.**

૫.૩ મનોવિજ્ઞાન

આપણને ભણાવવામાં આવતું મનોવિજ્ઞાન આધુનિક કહેવાય છે. ઓસ્ટ્રીયન ન્યુરોલોજીસ્ટ સિંગ્મન્ડ ફ્રોઈડ ધ્વારા વધુ પ્રકાશમાં આવ્યું. હીસ્ટીરીયા અને ન્યરોસીસ ધ્વારા પીડાતા દર્દીઓની સારવાર કરતા તેમના ધ્યાનમાં આવ્યું કે ઘણા રોગોમાં શારીરિક કરતાં ભાવનાત્મક કારણો વધુ હોય છે. અને મનની અવસ્થાઓની શરુઆત થઈ. જેમ કે ચેતન મન – જાગૃત અવસ્થા, અચેતન મન – સ્વપ્ન અવસ્થા અને ગાઢ નિંદ્રા – સુષુપ્તિ અવસ્થા. હજુ પણ તેઓએ ચોથી તુરીય અવસ્થા સુધી પહોચવાની શરુઆત નથી કરી. વહેલા મોડા પહોંચી જાશે. આપણું પ્રાચીન મનોવિજ્ઞાન તુરીય અવસ્થા સુધી પહોચેલું હતું. એ સમયમાં પુસ્તકો કે લખવાની–કાગળની ઉપલબ્ધી નહોતી. સાંભળીને, સ્મૃતિમા રાખીને શાસ્ત્રોને જાળવી રાખવામાં આવતા હતા. જ્યારે કાગળની શોધ થઈ ત્યારે તેને ગ્રંથસ્થ કરવામાં આવ્યા. પરંતુ હતા તો તેઓ શ્રુતી અને સ્મૃતિ.

બીજી એક વાત સમજી લઈએ. પૂર્વમાં એ સમયે લોકો કુદરતી જીવન જીવતા હતા. આજની માફક રોગો–અસ્વસ્થતા નહોતી. લોકો નિરોગી–સ્વસ્થ હતા. તેથી પહેલી બે અવસ્થાઓ વિષે વધુ સંશોધન કે માહિતીની જરુર નહોતી. સુષુપ્તિ અને તુરીય અવસ્થા મુખ્ય હતા. અધ્યાત્મનો અભ્યાસ સ્વસ્થતા પ્રાપ્તી બાદ જ શરુ થતો હતો. પૂર્વને અસ્વસ્થતાના મનોવિજ્ઞાનમા જવાની જરુર ઓછી પડતી. જ્યારે પશ્ચિમને લોકો વધુ પ્રમાણમા અસ્વસ્થ રહેતા હોઈ પ્રથમ બે અવસ્થાઓનો વધુ અભ્યાસ કર્યો અને ત્રીજી અવસ્થાના સંશોધનો ચાલુ છે. તેઓ પણ ચોથી અવસ્થામાં સંશોધનો કરશે. પૂર્વે વિજ્ઞાનનો આંતરિક અભ્યાસ કર્યો. પશ્ચિમ વિજ્ઞાનનો બાહ્ય અભ્યાસ કરે છે. તેઓ પણ છેવટે તો આંતરિક અભ્યાસ સુધી પહોચશે જ.

હવે ઉપરોક્ત વાતોને ધ્યાનમાં રાખી આગળ સમજીએ.

હવે મનની સ્થિતિ વિષે વધારે ઊંડાણથી સમજીએ તો સામાન્ય રીતે મન ત્રણ અવસ્થામાં એટલે કે **જાગૃત, સ્વપ્ન** કે **સુષુપ્ત**માં જ રહેતું હોય છે. એટલે પોતાના મૂળ સ્વરુપને ભૂલીને ભ્રાન્તીથી અવિધા વડે **હું મારું, રાગ, ધ્વેષ, અભિનીવેશ** વગેરે **ક્લેશા**થી ઘેરાઈ જાય છે. અને સતત અજ્ઞાન અવસ્થા તથા ઈન્દ્રિઓની સાથે રહેવાથી તેનું ધ્યાન હમેશા જગતના તથા ઇન્દ્રિઓના વિષયમા રહે છે. વિષયોમાં ધ્યાન રહેવાથી **આસક્તિ** જન્મે છે. તેમ થવાથી **કામના**ઓનો જન્મ મનમા થાય છે. બધી કામનાઓ ક્યારેય પણ પૂરી રીતે સંતોષાતી નથી તેથી કરીને **ક્રોધ** ઉત્પન થાય છે અને જો કામનાઓ સંતોષાણી હોય જેનાથી તેમાં **લોભ** ઉત્પન થાય છે. આમ ક્રોધ અને લોભ થવાથી મનમા **મૂઢ પણું** આવે છે. તેથી કરીને મનમાં રહેલી બુધ્ધિ–જ્ઞાનનો નાશ થાય છે. બુધ્ધિનો નાશ થવાથી મન વિનાશના માર્ગે ચડી જાય છે. અને પોતે

દુખી થાય છે. તથા જન્મ મરણના ચક્રમાં ફસાઈ જાય છે. અને ત્રિવિધ તાપમાં (આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિમાં) રહે છે. અને હમેશા દુખ, ત્રાસ, વિપતિઓ, રાગ, ભય, ક્રોધ, મોહ વગેરે વિકારોથી પીડાય છે. અને સંસારના બંધનોમાં રહે છે. અને પોતાનું બંધન કારક જીવન વિતાવે છે. અને સાથે સાથે જીવને પણ બંધનમાં નાખે છે. પરંતુ મન જો ચોથી અવસ્થામાં એટલે કે તુરિયા અવસ્થામાં હોય તો બ્રહમ દશા એટલે કે પોતાની મૂળ અવસ્થાનો અનુભવ કરે છે. મન જ્યારે તુરીયા અવસ્થામાં રહે છે, ત્યારે તેની બુધ્ધિમાં જ્ઞાન પ્રકાશ થાય છે. આમ બુધ્ધિમાં જ્ઞાન થવાથી અજ્ઞાન (અવિધા) નો નાશ થાય છે, અને અવિધાનો નાશ થવાથી ખોટું પકડાયેલું હું, મારું, રાગ, ધ્વેષ, અભીનીવેશ વગેરે ક્લેશો દૂર થાય છે. અને હૃદય (ચિત) માં સુખ, શાન્તી, સંતોષ, આનંદ વગેરે વર્તાય છે અને સત, અસત વગેરે વચ્ચેનો વિવેક બુધ્ધિમાં પ્રગટ થાય છે. તે વિવેક વડે **ચિતમાં વૈરાગ્ય** ઉત્પન થાય છે. ત્યારે પોતાના સ્વરુપ એવા **આત્માનો અપરોક્ષ અનુભવ** થાય છે.

આલેખના સ્વરુપમાં જોઈએ તો –

પરીબ્રહમ પરમાત્મા (અસ્તિત્વ, સાક્ષી)

↓ સ્ફૂરણ થતાં

શુધ્ધ ચૈતન્ય (પ્રકાશ, વિમર્શ, આત્મા, નારાયણ, સત્તનામ, વિષ્ણુ.)

↓

ૐ કાર {પ્રાણવનાદ, બહમા(પરાવાણી), બહમ, તત્વ, વચન (મૂળ)}

↓

હં સો –{અનાહત નાદ, – પ્રાણ-અપાન, (પશ્યંતિ વાણી),– શિવ-શક્તિ, (નામ)}

↓

મન, -{સંકલ્પ-વિકલ્પ, – (મધ્યમા વાણી) – વિચાર.}

↓

(જગતના વિષયો તરફ જઈને બંધનોમાં પડે છે)

૫.૪ મનનો લય

આમ જ્યારે મન પોતાના સ્વરુપનો અનુભવ કરીને તેમાં સ્થિત થાય છે, ત્યારે મનની બધી કામનાઓનો નાશ થાય છે અને શુધ્ધ-બુધ્ધ-મુક્ત થઈને પોતાના મૂળ સ્વરુપ સચ્ચીદાનંદ સ્વરુપ બને છે અને બધા બંધનોમાંથી મુક્ત થાય છે. તથા જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી છૂટીને આખરે નિર્વાણ (કૈવલ્ય) પદને પામે છે. આ રીતે જીવ મોક્ષ ગતીને પામીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

તો આ ઊપરથી એમ સમજાય છે કે જીવે પોતાનું કલ્યાણ કરવું હોય અને કાયમના એટલે કે શાશ્વત સુખ – શાન્તી – સંતોષ – વિવેક મેળવવા હોય તો પોતાના મનને ચોથી અવસ્થામાં સ્થિર કરીને ચિત-વૃતીનો નિરોધ કરવો પડે છે કે જેથી ચિતમાં બ્રહમાકાર વૃતિ રહે. આમ થવાથી આખું અંતઃકરણ એટલે કે ચિતમા (કેન્દ્રમાં) રહેલ અહંકાર-બુધ્ધિ-મન વગેરેમાં રુપાંતર થાય છે. તુરીયા અવસ્થા (સમાધી) નો અભ્યાસ કરવાથી મન બ્રહમમાં સમાઈ જાય છે – **તુરિયા અવસ્થાનો અભ્યાસ કરવાથી મનનો બ્રહમમાં લય થાય છે.** એટલે કે નિર્વિકલ્પ થાય છે, બુધ્ધિમાં પ્રકાશ થવાથી પજ્ઞા સ્વરુપે બને છે અને અહંકારનો નાશ થઈને જીવ બ્રહમનુ રુપ ધારણ કરે છે આમ જીવનું જન્મ-મરણમાંથી છુટીને શાશ્વત આનંદ-મુક્ત-જ્ઞાન સ્વરુપ એવા બ્રહમ પદને પામે છે અને જીવનમુક્ત થઈને રહે છે.

ઉપરોક્ત બધું સમજાતા ફલીત થાય છે કે, જો આપણે આ સંસારના – બંધનો – દુખ – અશાન્તી – રાગ-ધ્વેષ – કામ-ક્રોધ વગેરે વિકારોમાંથી મુક્ત થઈને કાયમના સુખ મેળવવા હોય તો – તે કાયમનો આનંદ આપણા મૂળ સ્વરુપ આત્મામાં જ છે. અને આપણો આત્મા અને બ્રહમ એક જ છે. જો આપણું મન આત્મ સ્વરુપે થાય તો જ બંધનમાંથી છુટકારો મળે. માટે તેનો યોગ્ય અભ્યાસ કરે તો જ તે ચોથી તુરીયા અવસ્થામાં સ્થિર થાય અને બ્રહમાકાર થઈને જીવ-પણુ મુકીને આત્મા રુપે થાય છે. **એ જ મન, જો** સંકલ્પ વિકલ્પ કરીને અંદરના વિષયોમાં જાય અને ઈન્દ્રિયો મારફતે બહારના વિષયોમા જાય, તો તે જીવ પણું પામીને દુખી થાય છે. બંધનમાં પડે છે. **પરંતુ અંદરના કે બહારના કોઈ પણ વિષયમાં ન જતાં** મન જો **અંતર મુખી થઈને** પોતાના મૂળ સ્વરુપ એવા બ્રહમ પદમાં રહે તો જીવન મુક્ત થઈને કાયમના સુખ મેળવીને નિર્વાણ (મોક્ષ – કેવલ્ય) પદ ને પામે છે.

આમ મનને અંતરમુખી બનાવવા માટે એટલે કે પોતાના મૂળ સ્વરુપ એવા આત્મામાં સ્થિત કરવા માટે ચોથી અવસ્થામાં (તુરીયામાં – સમાધી)માં સ્થિર કરવું પડે છે. એટલે કે ચિતમાં રહેલી વૃતિઓનો નિરોધ કરીને મુળ સ્વરુપ એવા આત્મામાં મનનું મળી જવું તેને યોગ કહેવામાં આવે છે. ગીતામા કહયા પ્રમાણે યોગથી મન-ઈન્દ્રિયોને વશ કરીને પૂર્ણ રીતે સંયમી બનાવવા જોઈએ કે જેથી બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન થાય છે.

મન પ્રસન્ન (આનંદી) થઈને બ્રહમમાં સમાઈ જાય છે અને અહંકાર જવાથી રાગ, ધ્વેષ છુટી જાય છે. જેથી બ્રહમ રુપે થઈ જાય છે. આમ આખું અંતઃકરણ બ્રહમાકાર થવાથી પ્રસન્નતાને પામે છે અને બધા દુખોનો નાશ થાય છે. તથા બુધ્ધિ સ્થિત પ્રજ્ઞ થાય છે. બાકી મન જો અ-યોગી હોય એટલે કે પોતાના સ્વરુપ સાથે જોડાયેલું ન હોય તો તેને આત્મબોધ – આત્મબુધ્ધિ (પજ્ઞા) હોતી નથી તેથી બ્રહમ-ભાવ કે આત્મ-ભાવ થતો નથી. તેથી કરીને તેના જીવનમાં સુખ શાન્તી હોતા નથી અને જીવન-મરણના ચક્રમાં ફસાય છે.

૬.૧ યોગ - સામાન્ય

યોગ, યોગી, અયોગી, શબ્દોથી ગુંચવાવા જેવું નથી. આપણે શાળામાં ગણિત શીખતી વખતે સૌથી પહેલા સરવાળા બાદબાકી શીખીએ છીએ. તેને યોગ-બાકી શીખવું પણ કહે છે. આમ યોગ એટલે સરવાળો કરવો – જોડવું – સંચય કરવો. અને જેઓ જોડે છે – સંચય કરે છે તેઓ યોગી કહેવાય છે. જેઓ સંચય નથી કરતા – ગુમાવી દે છે – વેડફી નાખે છે તેઓ અયોગી કહેવાય છે. તત્વ જ્ઞાનમાં મૂળ તત્વને આત્મા – ચેતના કહે છે. ચેતનાનો એક અર્થ શક્તિ પણ થાય છે. આપણા શાસ્ત્રકારો કહે છે કે પરમાત્મા એક જ છે, અનંત છે, તેનો તાગ મેળવી સકાતો નથી. તેને પરીબ્રહ્મ પરમાત્મા, અસ્તિત્વ, ભગવાન, ઈશ્વર, સાક્ષી, શુધ્ધ ચૈતન્ય, વગેરે શબ્દોથી ઓળખવામાં આવે છે. પરંતુ તે છે તો વિરાટ જ.

હવે આપણે જે જગ્યા પર ઉભા છીએ કે બેઠા છીએ તે ધરતીનો-પૃથ્વીનો એક નાનો હીસ્સો છે. આપણે ઉપગ્રહ ધ્વારા પૃથ્વીને જોઈ સકીએ છીએ. પૃથ્વી કેટલી વિશાળ છે. તેનામાં પર્વતો, સમુદ્રો, નદીઓ, ખંડો, તેમા વસતા જળચરો, પ્રાણીઓ, પક્ષીઓ, વગેરેનું લીસ્ટ બનાવી શકશું? પૃથ્વી પર ઉભા રહીને એક સાથે આ બધાને જોઈ શકશું? તો અનંત, વિશાળ પરમાત્માને ચેતનાને કેવી રીતે જોઈ શકશું! એટલા માટે તેના માટે અવ્યક્ત-અદૃશ્ય શબ્દ પણ વાપરવામાં આવે છે.

હવે આપણે ધાર્મિક સિનેમાઓ જોઈ સકીએ છીએ. ભલુ થજો સિનેમા બનાવવા વાળાઓનું! મહાભારત સિરીયલમાં કૃષ્ણનુ વિરાટ સ્વરુપ દર્શાવે છે. બ્રહ્મા, વિષ્ણું અને મહેશને દશાવવામાં આવે છે. અચાનક પ્રગટ થાય! અચાનક અદૃશ્ય થઈ જાય! વળી તેઓને કોઈક ચમત્કાર બતાવવો હોય તો શીવના જમણા હાથમાંથી પાર્વતીજી પ્રગટ થતા બતાવવામાં આવે છે. જોવાની કેવી મજા આવે છે!

એ સમયના શાસ્ત્રકારો તેના વિષે વર્ણન કરે છે. એ એક અનંત એટલો વિરાટ છે કે તેને આપણે સમજી શકતા નથી, જોઈ સકતા નથી. પરંતુ તેને સમજવા બ્રહ્મા, વિષ્ણું અને મહેશનો સહારો લીધો. આ વિભાજનમાં શાસ્ત્રકારોએ આપણને સમજમાં આવે એટલા માટે સરળતા કરી આપી. આપણું મન એને પડકાર આપે છે કે આ બધું ખોટું છે. કલ્પનાઓ છે. તેના પૂરાવા-પ્રમાણ આપો! એને આપણે પશ્ચિમનું મન કહીએ છીએ, પરંતુ આપણે એ વાત ભૂલી જઈએ છીએ કે શાસ્ત્રકારો આગળ કહે છે કે જ્યારે મનની પાર જશો, એને આપણે પૂર્વનું મન કહીએ છીએ, ત્યારે આ વાત સમજાશે. હવે કોનો વાંક કાઢશું! એક સ્પષ્ટતા કરવી જરુરી છે. તત્વજ્ઞાનને સમજવા માટે આ પુસ્તકમાં કેટલાક ઉદાહરણો આપવામાં આવ્યા છે. તેનાથી

કોઈની લાગણી દુભાવવાનો કે કોઈને ઉતારી પાડવાનો આશય બિલકુલ નથી. છતાં પણ કોઈને મનદુખ થતું હોય તો દાસાનું દાસ હૃદયપૂર્વક ક્ષમા માગે છે.

હવે મૂળ વાત પર આવીએ. અનંત, વિશાળતા પ્રગટ થાય છે ત્યારે પંચ-તત્વોની જરૂર પડે છે. જેને પાંચ મહાભૂતો કહેવામાં આવે છે. આપણે સૌ જાણીએ છીએ. પ્રગટ થવામાં મુળ તત્વ ઊર્જા વાપરે છે. એ નાદ – ધ્વનિ તરંગો ધ્વારા પ્રગટ થાય છે. એને પ્રણવ નાદ પણ કહે છે. આ ૐ-કારના ઉચ્ચારમા ત્રણ અકારો સમાયેલા છે. અ-કાર, ઉ-કાર અને મ-કાર. હવે યોગને સમજવામાં થોડી સરળતા રહેશે. આગળ વધીએ.

૬.૨ **યોગ** – આધ્યાત્મ

મનનું ઈશ્વર (આત્મા) સાથે જોડાવું (જોડાણ થવું) તેને મનનો આત્મા સાથેનો યોગ થયો કહેવાય. આ જગતમાં યોગ સાધવા માટેના ઘણા બધા પ્રકારો વિધમાન છે. જેમ કે કર્મ યોગ, ભક્તિ યોગ, ધ્યાન યોગ, હઠ યોગ, રાજયોગ, સૂરતા – શબ્દ યોગ, જ્ઞાન યોગ, સહજ યોગ, હંસ મંત્ર યોગ, વગેરે વગેરે ... પધ્ધતિઓ-વિધિઓ છે.

યોગ સાધવા માટે મુખ્ય ત્રણની જરૂર પડે છેઃ –

એકઃ સાધક – યોગ સાધનાર, મન.

બેઃ સાધના – સાધના પધ્ધતિ - ધ્યાન - જ્ઞાન - ઉપાસના (ભક્તિ);

ત્રણઃ સાધ્ય – આત્મા, ઈશ્વર, બ્રહ્મ.

આ જગત પ્રત્યેની આપણી સમજ અને વલણ એવા પ્રકારના છે કે તેની અંદર વિધમાન રહેલો યોગ (જોડાણ) આપણે પારખી સકતા નથી. આપણી બીલકુલ સામે જ – સાથે જ આપણો આત્મા (ઈશ્વર) મોજૂદ છે અને એ આપણી સમક્ષ પ્રગટ રુપે હાજર છે છતાં પણ એને (અનંત વિશાળ હોવાના કારણે) આપણે જોઈ સકતા નથી. આનું કારણ છે આપણી અંદર વસેલું અતી જુનું પેલું અહમનું ભુત. આ અહમનું ભુત મનને વળગ્યું હોવાથી આપણા સહજ યોગને ભૂલાવી દીધો છે. આ અહં શું છે?

આપણે સૌ “હું” પદથી વાકેફ છીએ. આપણા સૌની અંદર તે સ્વાભાવિક રીતે વિધમાન છે. અને તે શુધ્ધ છે. તે શુધ્ધ “હું” પદને જેમનું તેમ રહેવા દઈશું, તો તે “હું”-પદ

ઈશ્વર જ છે. પરંતુ તે “હું” પદની પાછળ કાંઈને કાંઈ જોડતા જ રહીએ છીએ અને જેવું આપણે તેમ કર્યું કે તે (“હું”) અહમ બની જાય છે અને આપણી મુશ્કેલીઓની શરુઆત થઇ જાય છે.

આમ શુધ્ધ “હું” (આત્મા) પોતાના સ્વ સ્વરુપ સિવાય, બીજી કોઈ પણ વૃતિ સાથે પોતાના સંકલ્પ ધ્વારા, એકતા (તાદાત્મ્ય) કેળવી લે છે ત્યારે તેને મન થયું (રુપાંતરણ) કહેવાય છે. અને તે મન જીવ-પણામાં રહીને સુખ-દુખ – હર્ષ-શાક – જન્મ-મરણ વગેરે ભોગવે છે.

જો **મન માત્ર શુધ્ધ “અહં” ચેતનમાં રહે તો તે ઈશ્વર જ છે.** અને **જ્યારે મન** પુરુષ કે સ્ત્રી અથવા પ્રોફેસર કે ડોક્ટર, વકીલ, એન્જીનીયર વગરે વગેરે ... **કંઈક બની જાય છે, ત્યારે આ શુધ્ધ “અહં” અહંકારનું રુપ ધારણ કરી લે છે.** આવી રીતે માયા કે અજ્ઞાનતાનો ભ્રમ પેદા થાય છે. **અજ્ઞાન** એ આપણા **પોતાના સ્વ સ્વરુપ એવા આત્માનું વિસ્મરણ માત્ર છે.** આપણા પોતાના આત્માને ભૂલીને આપણે પોતાની જાતને કંઈનું કંઇ સમજી બેસીએ છીએ. એ જ **અજ્ઞાન છે.**

પાણીની સપાટી ઊપર જ્યારે સેવાળ બાઝી જાય છે, ત્યારે આપણે પાણી જોઈ સકતા નથી, આકાશમાં જ્યારે વાદળ થાય છે, ત્યારે આકાશ જોઈ સકતા નથી. આંખની કીકી ઊપર જ્યારે મોતીયાનું પડ જામે છે, ત્યારે જેમ છે તેમ જોઈ સકાતું નથી. તેવી જ રીતે આ અહંકાર એ આપણા આત્માને ઢાંકતો પડદો બની જાય છે અને અહંકારની છાયા આપણા સાચા સ્વરુપ (ચેતન – આત્મા – બ્રહમ) ને ઓળખવા દેતો નથી અને આપણા આત્માની દિવ્યતાનું દર્શન કરવા દેતો નથી. આપણા દરેકનો આત્મા (ચેતન) વિધમાન હોવા છતાં મનુષ્યો તેમને ઓળખી સકતા નથી. **ભગવત ગીતામાં ભગવાન પણ કહે છે** કે તેઓ દરેકની અંદર આત્મ સ્વરુપે હાજર હોવા છતા પણ મનુષ્યો તેમને ઓળખી સકતા નથી. આ અહંકાર – આસક્તિ – અને ભ્રમને કારણે, લોકો ઈન્દ્રિયો ધ્વારા દોરવાઈ જાય છે. તેઓ પોતાને પાંચ કે છ ફૂટનો ઊંચો પુરુષ કે સ્ત્રી માને છે. અને તેને જ પોતાનું સાચું સ્વરુપ સમજે છે, આવી (દેહાધ્યાસ) સમજથી જ તે સૌ કર્મો કરતા રહે છે. અને પોતાના સત્ય સ્વરુપની વિસ્મૃતિ થાય છે. તેમને યાદ પણ આવતું નથી કે આ શરીર રુપી નગરીમાં અવતરણ પામીને કેવા કાર્યો કરવાના છે?

જીવનનો સાચો હેતુ શું છે? આની સાચી સમજ નહી હોવાથી તેઓ ઈન્દ્રિયો પાછળ દોટ મારતા રહીને કામ-ક્રોધ-લોભ-મોહ જેવી લાગણીઓથી ઘેરાયેલા રહે છે. અને દેહ ધારણ કરનાર દેહીની બુધ્ધિનો નાશ થાય છે, ત્યારે બંધનમાં પડેલા જીવ બની જાય છે.

સાચું પૂછો તો અજ્ઞાન એ સાચી સમજનો અભાવ માત્ર છે. જ્યારે આપણા વિષેની ખોટી સમજ દૂર થશે ત્યારે આપણો સહજ રીતે વિકાશ થશે અને આપણને સ્વાભાવિક રીતે

આત્માનું જ્ઞાન થશે. જ્યાં સુધી આપણને સાચા સ્વરુપનું ભાન નહી થાય ત્યાં સુધી આપણે એક અલ્પ – સ્વલ્પ વ્યક્તિ – એક જીવ માત્ર છીએ; આપણે મૃત્યુના શીકાર બનેલા છીએ. ત્યાં સુધી સતત ઈર્ષા – ગર્વ – ભય – રાગ – ક્રોધના વિષય યુક્ત રસના ઘુટડા પીધા કરીએ છીએ અને દુખી થઈ રહયા છીએ.

પણ જો એક જ વખત આપણને આપણા આત્માનું ભાન (અપરોક્ષ અનુભવ) થાય તો આપણે આત્માનો અમૃતરસ – પરમાનંદનું અમૃત પીધા કરશું. જેમ જેમ આપણે અંતર-મુખી બનતા જઈએ, તેમ તેમ આપણી અંતઃશક્તિ, આપણી અંદર રહેલ દિવ્ય ચેતના, જાગૃત થશે અને આપણે જીવ અથવા વ્યક્તિ મટીને **શિવ – સ્વયં** પરમેશ્વર બનવાની યાત્રા પર આગળ વધતા જઈશું.

દેહ રુપી નગરી – સંતોની કરુણાને ખરેખર દાદ દેવી જોઈએ. તેઓ સૂત્રાત્મક ભાષા વાપરે છે. જીવનની ઉત્ક્રાંતીને જોઈએ તો પહેલા એક કોષી જીવ પેદા થયા – અમીબા. તેમા એક જ કોષ હોય છે. કાળક્રમે વિકાશ થતા, આજનો માનવ થયો. એક કોષી જીવમાં જીવનના બધા કાર્યો એક કોષ જ કરે છે. જ્યારે માનવમાં કોષોના સમુહ માંસ, મજ્જા, હાડકા વગેરે બનાવે છે. તેના અવયવો બને છે જે જુદા જુદા કાર્યો કરે છે. પરંતુ છે તો તેઓ કોષો જ. એવું કહે છે કે પુખ્ત વયના માનવના શરીરમાં કરોડો કોષો આવેલા છે. આ કરોડો-અબજો કોષોનો સમુહ એક વસાહતની જેમ માનવ શરીરમાં રહે છે. દરેક કોષનું એક કેન્દ્ર હોય છે. ત્યાથી તેનું સંચાલન થાય છે. તેને જીવન કેન્દ્ર પણ કહી સકાય. આવા અસંખ્ય કોષો – જીવન કેન્દ્રોને તેમની જીવન જરુરિયાતો પૂરી પાડવા એક મહા કેન્દ્ર તો હોવું જ જોઈએ. મહા કેન્દ્રની મદદમાં નાના નાના કેન્દ્રો હોવા જોઈએ. તેની વ્યવસ્થા માટે માળખા પણ હોવા જોઈએ.

આપણા શરીરમાં અવિરત કાર્યો ચાલુ રહે છે. જેમ કે શ્વસન તંત્ર પ્રાણવાયુ પૂરો પાડે છે. રુધિરાભિસરણ તંત્ર લોહીનુ પરિભ્રમણ ચાલુ રાખે છે. પાચન તંત્ર પોષણ આપે છે. ચેતા તંત્ર સંચાર વ્યવસ્થા જાળવે છે. આ રીતે આપણી પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો અને પાંચ કર્મેન્દ્રિયો જરુરિયાત મુજબ સતત કાર્યરત રહે છે. જીવન પર્યંત રજા પાડયા વિના સેવા પૂરી પાડે છે. કેવું અજબનું માનવ શરીર છે!

આ શરીરના દરેક કોષ જીવંત હોય છે. તેનો કાર્યકાળ પૂરો થાય તો ફેરબદલી આપોઆપ થઈ જાય છે. આ જે જીવંતતા છે એ ચેતના કહેવાય છે. આ અબજો ચેતનાનું સંચાલન મહાચેતના કરે છે. આ મહા ચેતનાને આપણે જીવ કહીએ છીએ. આ જીવ જે આદત મુજબ બેહોશીમાં ચીલા-ચાલુ કાર્ય કરતો જાય તો તેના આવર્તનને જીવન મૃત્યુનું ચક્ર કહેવાય છે. અને જો જાગૃત થઈ હોશપૂર્વક કાર્ય કરે તો, જીવ-મહા કેન્દ્ર, પુરુષ-નગરપતી બની જીવન

મૃત્યુના ચક્રથી બહાર નીકળી મુક્તિના પંથે યાત્રા કરે છે. હવે સમજાય ને સૂત્ર – **સંતોની ભાષા – દેહ રુપી નગરી.**

આ વ્યવસ્થા તંત્રને વિવેક પૂર્વક સમજશું તો આપણી યાત્રાને સુગમતા પડી જાશે. હવે આત્મા વિષે જાણવું સરળ પડશે.

ખરી વાત તો એ જ છે કે આપણે આત્માને જાણીએ જ છીએ; દરેક મનુષ્યને પોતાના વિષયમાં (બાબતમા) સમજ હોય છે. કોણ કહેશે કે પોતાની જાતને ઓળખતો નથી? કોણ કહેશે કે તેનામાં આત્માનો આનંદ-ખુશી નથી? પોતામાં ખુશી-આનંદ ન હોય તો પોતે જીવન કેવી રીતે જીવશે? આપણી અંદર ઘણી જ સ્વાભાવીક રીતે આત્મા વસેલો છે. આપણે માત્ર તેને ઓળખવાની જ જરુર છે.

સાચી સમજ, સાચી દૃષ્ટિ હોવી એટલું જ પૂરતું છ. આત્માની ખોજ માટે કઠીન તપસ્યા કે કઠીન સાધના કરવાની જરુર જણાતી નથી. આત્માની પ્રાપ્તી માટે લોકો અનેક પ્રકારની સાધનાઓનો સહારો લે છે. કેટલાક લોકો શાન્તીના નામે કડક કર્મકાંડ અને વિધિ-વિધાનો આદરે છે. પરંતુ અંતે તેઓ પ્રાપ્ત કરે છે, વૃથા પ્રયાસ અને શ્રમ; કેટલાક યોગના નામે પ્રાણાયમ જેવી પધ્ધતિઓ અજમાવે છે, પરંતુ પામે છે માત્ર શુષ્કતા. દરેક પોત-પોતાની ઈચ્છા અનુસાર સાધના કરે છે. અને પોતાની સાધના સાચી છે એવો દાવો કરે છે. યોગી કહેશે કે મારો યોગ સાચો, બૌધ માર્ગી કહેશે કે અમારો બૌધ્ધ ધર્મ પ્રમાણીત છે. સંન્યાસી કહેશે કે મારો સંન્યાસ માર્ગ ખરો છે. સૂફી કહેશે કે મારો માર્ગ સાચો છે.

પરંતુ એક વાત બીલકુલ નિશ્ચિત છે કે આપણી અંદર સ્વાભાવીક રીતે આત્મા વસેલો છે તે આત્માને પ્રાપ્ત કરવાની સાધના પણ બીલકુલ સહજ હોવી જોઈએ. તેના માટે કઠીન તપશ્ચર્યા આદરવી જોઈએ નહી. તે સાધનાથી આપણા શરીરને ત્રાસ ન થવો જોઈએ. તેનાથી આપણે ઘર કુટુંબથી વિખુટા ન પડવા જોઈએ. તે સાધના આપણી ભૌતીક પ્રવૃતિઓમાં બાધા રુપ ન થવી જોઈએ. ઈશ્વર જગતથી ભીન્ન નથી તેથી આપણી સાધનામાં પણ જગતનો સમાવેશ હોવો જોઈએ. આપણે આ જગતમાં બધાની સાથે રહીને જ આપણી સાધના સરળતા અને પ્રેમ – શ્રધ્ધા પૂર્વક કરવી જોઈએ. આવી સહજ અને સરળ સાધનાનું અનુભવ જન્ય જ્ઞાન જેમની પાસે હોય તેવા જ્ઞાની પાસે જઈને સાધનાના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની સંપૂર્ણ માહીતી મેળવીને તેમની દોરવણી હેઠળ સહજ સાધના કરવી જોઈએ.

માત્ર એટલું જ પૂરતું નથી પણ એ **સાધનામાં આપણને આપણી અંદર કંઇક અનુભુતી થવા જોઈએ.** શરુઆતમાં જ આપણને આત્માની નીદાન ઝાંખી થવી જોઈએ. કારણ કે **ઈશ્વરની**

એક વખત પણ ઓળખાણ કે અનુભવ થાય તો જ આપણે તેનો પીછો કરીને અંતે તેને પ્રાપ્ત કરી સકીએ. વળી આપણો માર્ગ દરેકને માટે ખુલ્લો હોવો જોઈએ.

જે માર્ગ કે ધર્મ અમુક લોકોને તેમાથી બાતલ (બાકાત) રાખ છે તે સાચો માર્ગ કે ધર્મ નથી. ઈશ્વર દરેકનો છે અને દરેકની અંદર રહેલો છે. તેથી તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે આપણે જે માર્ગ અપનાવીએ તે માર્ગ દરેક મનુષ્ય અપનાવી સકે તેવો હોવો જોઈએ. તે માર્ગમાં જાતી, વર્ગ, ઉમર, લિંગ અથવા દેશ – ક્ષેત્ર, સંપ્રદાય વગેરેનું કોઈ બંધન કે મર્યાદા ન હોવી જોઈએ.

એક બીજી વાત પણ ઘણી મહત્વની છે કે આપણે સહજ સાધનાનો જે માર્ગ સ્વીકારીએ તે માર્ગની સાધના કરીને કેટલા મહાપુરુષો પોતાના આત્મ સ્વરુપને પામીને જીવન મુક્ત થયેલા છે. તે જાણી લેવું પણ બહુ જ જરુરી છે. સત શાસ્ત્રો કહે છે કે સત્યની પ્રાપ્તી કરવી હોય તો મહાપુરુષો જ માર્ગે ગયા હોય તે જાણીતા માર્ગનું અનુસરણ કરવું જોઈએ. અને આપણા ધ્યેય – લક્ષ્યની પ્રાપ્તી કરી લેવી જોઈએ.

૭.૦ મંત્ર

૭.૧.૧ **મંત્ર જાપ – મંત્ર રહસ્ય**

શાસ્ત્રો અને સંતોએ આત્મ સાક્ષાત્કાર માટે અનેક પધ્ધતિઓનું નિરુપણ કરેલ છે. આ કળીયુગમાં ઈશ્વરનું નામ સ્મરણ – મંત્રજાપ એ સૌથી સુગમ અને ઉચ્ચતમ માર્ગ છે. એવું કહેવાય છેઃ – **મંત્રનુ રહસ્ય અતી ગહન છે. મંત્ર સમજવો એ ઈશ્વરને ઓળખવા બરાબર છે.** હકીકતમાં, શિવ સિધ્ધાંતનાં શાસ્ત્રો કહે છે કે મંત્ર મહેશ્વર; મંત્ર પરમેશ્વર છે. મંત્ર જ ઈશ્વરનું સ્વરુપ છે. ઈશ્વરના નામ અને તેના સ્વરુપ વિષે કોઈ ભેદ નથી.

મંત્રનુ મૂળ નાદ છે. અને નાદ ધ્વારા જ સૃષ્ટિની ઉત્પતી થઈ છે. એવું કહેવામાં આવ્યુ છે. આદી ભગવાન **શબ્દ** રુપી ઈશ્વરનું **પ્રથમ પ્રાગટય નાદ** રુપે થયું. આ આદી નાદ ને જ **સ્પંદ** કહેવામાં આવે છે. વેદો-ઉપનીષદો તેને **ૐ** (ઓમકાર) **પ્રણવ નાદ** કહે છે. સંતો તેને **મૂળ વચન** કહે છે. અને તેના થકી જ આ વિશ્વનું સર્જન થયું છે. અને તે હમેશા સર્વત્ર વ્યાપીને સતત **સ્પંદીત** થતું રહે છે. અર્વાચીન ભૌતિકશાસ્ત્રીઓ પણ સહમત થયા છે કે વિશ્વના કેન્દ્રમાંથી એક સતત સ્પંદનનો પડઘો પડી રહયો છે. આ સ્પંદન માત્ર વિશ્વનું જ નહી પરંતુ માનવ માત્રનો મૂળ સ્રોત છે અન તે આપણી અંદર ધડકી રહયું છે. આ અંતર સ્પંદન જ સાચો મંત્ર છે. એટલે મંત્ર સમગ્ર જગતનો અને સર્વ મનુષ્યોનો આધાર છે. એટલા માટે જ મંત્રના અતિ સૂક્ષ્મ રહસ્યને સમજવું ખૂબ જ જરુરી છે.

મોટા ભાગના લોકો **ૐ નમો શિવાય** અથવા **હરે રામ, હરે કૃષ્ણ, શ્રી કૃષ્ણ શરણમ મમઃ** જેવા મંત્રો જપતા હાય છે. આ મંત્રો બહુ સારા છે પરંતુ તેમને ખરી રીતે મંત્ર ન કહી સકાય. **સાચો મંત્ર** એ માત્ર **અક્ષર અને વર્ણનો સંયોગ નથી.** એ **એક અંતર-સ્પંદન છે.** કે જે મનના મૂળ સુધી ધબકતું હોય છે. **સાચું પૂછો તો અંતર આત્માની શુધ્ધ વિચાર રહીત સ્થિતિના અનુભવને જ મંત્ર કહી સકાય. મંત્ર એ રુપ રહીત અને માયાથી પર એવો શુધ્ધ ચૈતન્ય છે. તેનું સ્વરુપ જ્ઞાન છે.** આપણી અંદર **અહં** નો એક શુધ્ધ **બોધ** છે. તે અહં તેની સમજ, તે શુધ્ધ અહં **ચેતના** કે જે અહં **વિમર્શ** અથવા પૂર્ણ અહં બોધ છે. તે જ આત્માનું **સ્ફુરણ** છે. આ સ્ફુરણ ધ્વારા જ આપણે પરમ તત્વના વિષે ચિંતન કરી સકીએ છીએ અને તેનો પ્રત્યક્ષ બોધ અને અપરોક્ષ અનુભવ કરી સકાય છે.

જ્યારે મન તે સ્પંદનની અંદર ડૂબીને એકાકાર થઈ જાય છે ત્યારે તે સ્પંદન મંત્ર બની જાય છે. શિવ સૂત્ર કહે છે કે આવું અંતરમુખી મન એ મંત્ર જ છે. **"ચિતમ મંત્ર"** આ અંતઃસ્ફુરણ એ જ સર્વ અક્ષર અને શબ્દોનું મૂળ છ. આ શુધ્ધ અહં બોધમાંથી જ મંત્રો સ્ફુરે છે.

જ્યારે **"ૐ નમો શિવાય"** જેવો મંત્ર જપાય છે તે માત્ર જીભ સાથે જ મંત્ર જોડાય છે. પરંતુ તેને વસ્તુતઃ (જેમ છે તેમ) જાણવા માટે તેના મૂળ સ્રોત કે જે અહં નું અંતઃ સ્ફુરણ છે, ત્યાં સુધી પહોચાડવું જોઈએ.

સિધ્ધ યોગીઓ આ મૂળ સ્રોત સુધી પહોચ્યા હોય છે. મંત્ર જપ કરતાં કરતાં તેઓ આત્મા સાથે (કે જે મૂળ સ્રોત છે) સંપર્ક સાધીને ત્યાં જ સ્થિત થયા હોય છે. તેથી તો તેમના શબ્દોમાં – વાણીમા આત્મબળ વ્યાપ્ત થઈને રહેલું હોય છે.

-: નોંધ :-

અંતઃ સ્પંદનને અનાહત નાદ, ધ્વનાત્મક શબ્દ, નામ કે સ્વર કહેવામાં આવે છે. અને એ સ્વરમાંથી વ્યંજન, અક્ષરનું રુપ ધારણ કરે છે ત્યારે તેને વર્ણાત્મક શબ્દ કહેવામાં આવે છે. જેમ કે ...

સ્વરઃ – અ, આ, ઇ, ઈ, ઉ, ઊ, વગેરે વગેરે.

વ્યંજનઃ – ક, ખ, ગ, ઘ, વગેરે, વગેરે. સ્વર અને વ્યંજનોને બારાખડી કહેવાય છે.

બધા નાદોનું મૂળ આ જે અંતઃ સ્પંદન છે – તેને શાસ્ત્રો **પરાવાણી** અથવા તો પરાવાક કહે છે. આ પરાવાણી સુધીની કક્ષા આપણા સૌની અંદર વિધમાન છે. સામાન્ય રીતે આપણે માત્ર એક જ કક્ષાની વાણી જાણીએ છીએ. જેવી રીતે આપણને આપણા સ્થૂળ શરીર અને ઈન્દ્રિયોનું જ જ્ઞાન હોય છે, તેવી રીતે આપણને માત્ર જડ – સ્થૂળ જીભ ધ્વારા બોલાતી વાણીનું જ જ્ઞાન હોય છે. છતાં પણ આ સ્થૂળ શરીર એ માત્ર જાગૃત દશાનું જ શરીર છે. આ સ્થૂળ શરીરની અંદર એક સૂક્ષ્મ શરીર રહેલું છે. કે જેમાં આપણને સ્વપ્નો આવતાં હોય છે. – આપણું અંતઃ કરણ; મન-બુધ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર વગેરે સૂક્ષ્મ શરીરમાં આવેલા હોય છે. તેનાથી આગળ એક કારણ શરીર છે. જેમાં આપણે એક ગાઢ સુષુપ્તી અનુભવીએ છીએ. અને કારણ શરીરની આગળ પણ એક મહાકારણ શરીર છે. તે શુધ્ધ પ્રકાશમય શરીર છે. જેમાં આપણને સાચું ધ્યાન અથવા તો તુરીયા દશાની અનુભુતી થાય છે.

જેવી રીતે એકની અંદર એક એમ આપણા ચાર શરીર છે. તેવી રીતે આ ચારે ય શરીરો સાથે સંકડાયેલી ચાર કક્ષાની વાણી આપણી પાસે છે. સ્થૂળ કક્ષાએ સ્થૂળ જીભ ધ્વારા ઉચ્ચારેલી વાણીને **વૈખરી વાણી** કહે છે. બીજી કક્ષાની વાણીને **મધ્યમા** કહે છે. તેનો સંબંધ સૂક્ષ્મ શરીર સાથે છે. અને તેનું **સ્થાન કંઠ પ્રદેશ** છે. ત્રીજી કક્ષાની વાણીને **પશ્યંતિ** કહે છે. તેનો સંબંધ કારણ શરીર સાથે છે. અને તેનું **સ્થાન હ્રદય પ્રદેશ** છે. ચોથી અને ઉચ્ચ કક્ષાની વાણી છે. જેનું **નાભી પ્રદેશ સ્થાન** છે. તેને **પરાવાણી** કહે છે. આ પરાવાણીની કક્ષામાં નાદને શુધ્ધ, અપ્રગટ ચેતન અથવા તો આત્માની કક્ષામાં મૂકી સકાય. તે પૂર્વથી પશ્ચિમ, ઉતરથી દક્ષિણ,

ઊપરથી નીચે સુધી સર્વત્ર, સર્વ વસ્તુઓમાં વ્યાપ્ત છે. તે આપણી સૌની અંદર પણ છે. તે અવીરત અનુકંપિત થઈ રહેલી અંતર સર્જનાત્મક ધડકન કે જે સ્પંદન કહેવામાં આવે છે. તે છે આપણું સમગ્ર વિશ્વ તથા તેની અંદર રહેલા સર્વ સ્વરુપો આ પરાવાણીના સ્પંદનમાંથી ઉદભવ્યા છે.

આ પરાવાણીની અંદર અનંત અક્ષરો, શબ્દો, અને વાક્યો, સ્પંદન રુપે વિધમાન છે. **જેવી રીતે મોરના ઈંડાનાં રસમાં મોર અને તેના અંગો તથા પીછામાંના વિવિધ રંગો પેદા કરવાની અંતઃનિહિત શક્તિ હોય છે તેવી રીતે આ પરાવાણીમાં સર્વ અક્ષરો અને શબ્દો અભિન્ન સ્વરુપે, બીજ રુપે રહેલા હોય છે. આ બીજ કે જેમાં સવ અક્ષરો રહેલા છે તે શુધ્ધ અહં છે – પૂર્ણ અહં ચેતના છે.**

પરાવાણીમાંથી સર્વ મંત્રો ઉદભવે છે. સકલ વિશ્વનું સર્જન કરતી આ પરાવાણી (પ્રણવ નાદ) જ પરાશક્તિ છે. કોઈ પણ અંતર્ગત આધાર વગર ચલન થવાની ક્રિયા કરવી તે તેનો સ્વભાવ છે. ઈશ્વર પ્રત્યભિજ્ઞા કહે છે કે આત્મા ગતી હીન છે. તે હમશા સ્થિર છે. પરંતુ પરાવાણી તેના ચલનશીલ પણાનો ભાસ કરાવે છે. શિવ પરમ તત્વ એ સંપૂર્ણ રીતે શાન્ત છે. પરંતુ તેમની શક્તિ (પરાશક્તિ – કુંડલીની શક્તિ) ને કારણે તો એ ચલાયમાન થાય છે.

શક્તિને કારણે જ શિવને પોતાના સ્વરુપનો બોધ થાય છે. આ સ્વરુપનો બોધ થવો તે જ અહં વિમર્શ, શુધ્ધ અહં-ચેતનાનું સ્પંદન છે. આ આત્મ બોધના પ્રથમ સ્પંદનથી જ વિશ્વનું સર્જન પ્રથમ આવિસ્કાર પામે છે. શુધ્ધ અહં એ જ પરાવાણી છે. તેથી પરાવાણી આત્માનું સૃજનાત્મક સ્ફુરણ છે. આ જ અંતર શક્તિ દૈવી કુંડલીની છે. તે જ વિશ્વ ચેતના અને સર્વ વ્યાપી પરમ તત્વ છે.

જ્યારે આ સ્પંદ તત્વ જે અતિ સૂક્ષ્મ અને ગહન છે, તે પ્રથમ ચલાયમાન થાય છે ત્યારે પશ્યંતી અને મધ્યમા એવી બે વાણીની કક્ષાએ તેનો આવિસ્કાર થાય છે. પરાવાણીમાં નાદ કે જે શુધ્ધ સ્પંદની કક્ષાએ વિધમાન રહેલો છે, તે ધીમે ધીમે સ્થૂળ થતો જાય છે અને તે જ્યારે વૈખરી કક્ષાએ પહોચે છે એટલે કે સ્થૂળ વાણીમાં પરીણમે છે, ત્યારે તે વિવિધ અક્ષરો અને શબ્દોનું રુપ ધારણ કરે છે.

એટલા માટે અસંખ્ય શાસ્ત્રોની અંદર લખેલા ફક્ત મંત્ર જ નહી પરંતુ દરેક અક્ષર, દરેક સ્વર-વ્યંજન, દરેક શબ્દ એ પરાવાણીનું સ્ફુરણ માત્ર થઈ ને પ્રગટ થાય છે. આ જ કારણે બારાખડીને આટલું બધું મહત્વ આપવામાં આવે છે. આ પરાશક્તિ છે, પરાવાણી છે; જેણે બારાખડીના અક્ષરોનું રુપ ધારણ કર્યું છે અને તે સતત નાદ રુપે વ્યક્ત થાય છે.

આપણે વિજ્ઞાનમાં ભણીએ છીએ. હવામાં નાઈટ્રોજન વાયુનું ચક્ર... સમુદ્રના જળનું સૂર્ય ઊર્જા ધ્વારા બાષ્પીભવન થવું... વાદળા થવા... વાદળા વરસાદ રુપે વરસે... નદીઓ

સરોવરો બને... જળ ફરીને સમુદ્રમાં જાય... આ રીતે તેનું ચક્ર... પૂર્વના ઋષીઓ (વૈજ્ઞાનિકો) જાણતા હતા કે અસ્તિત્વમાં નવુ કંઇ સર્જાતું નથી. જે પણ છે તેનું પરિવર્તન થયા કરે છે. સ્વરુપો બદલાય છે. તેઓ એ પણ જાણતા હતા કે ચેતાનાનું (શક્તિનું) દૃવ્યમાં અને દૃવ્યનું ચેતનામાં પરિવર્તન થાય છે. આ રીતે સતત આવર્તન (ઘટનાચક્ર) ચાલ્યા કરે છે. અવ્યક્ત (અદૃશ્ય), વ્યક્ત (દૃશ્ય) થાય છે અને ફરી અદૃશ્ય થઈ જાય છે. તેઓએ આ ચક્રને સંસાર-ચક્ર કહયું. આપણે પરિવર્તનના આ પ્રવાહને જીવન કહી સકીએ કે કેમ? વિચારીએ! ઋતુઓ શું છે! તેનુ આવર્તન થયા કરે છે. આ અસ્તિત્વને જાણવું એ જ તો છે પરમાત્મા – શુધ્ધ વ્યાપક ચેતન – મહાઆકાશને જાણવું. પરમાત્મા – ભગવાન – ઈશ્વર – અલલાહ – ગોડ – સત્ય – અસીમ – સર્વ વ્યાપી જે પણ નામ આપીએ – નામ ગૌણ છે – મૂળ તત્વને જાણવું એ આપણું લક્ષ્ય છે. એ મૂળ તત્વ આપણામાં છે. આ તત્વ પર જુદા-જુદા આવરણો – પડદાઓ આવી જવાથી આપણે ભ્રાંતિમા, વિસ્મૃતિમા ચાલ્યા જઈએ છીએ. જાણે આપણે આંખે પાટા બાંધવાની રમત રમી રહયા છીએ. એટલા માટે સંતો કહે છે કે માત્ર આંખ ખોલો – પાટા છોડો. તમે જ – આપણે જ આત્મા, પરમાત્મા છીએ. દાસાનું દાસ આપણને એ જ કહી રહયા છે. પરિવર્તનની ઘટમાળને ફરી તાજી કરીએ, યાદ કરીએ. અને આગળની યાત્રામાં દાસાનું દાસ આપણને આપણી અંદર ઊંડા ઉતારશે. હોશમાં રહીએ.

૭.૧.૨ પરિવર્તન ચક્રનો આલેખ.

પરમાત્મા – અસ્તિત્વ – શુધ્ધ વ્યાપક ચેતન – મહાઆકાશ

↓

સ્ફૂરણ થતા

↓

પ્રણવનાદ – સ્પંદ તત્વ – **પરાવાણી,** વચન, ૐકાર, પરા શક્તિ (સ્થાન નાભી)

↓

અનાહતનાદ, પશ્યંતી વાણી, ભાવવાણી (સ્થાન હૃદય કેન્દ્ર)

↓

નામ – (હંસો-સોહંગ) – (પ્રાણ-અપાન)

↓

સ્ફૂરણ વધારે સ્થૂળ થતા – ધ્વનાત્મક વાણી.

↓

મધ્યમાં વાણી – વિચાર વાણી (સ્થાન કંઠ)–(કલ્પનાઓ, વિચારો, સંકલ્પો, વગેરે)

↓

વધારે સ્થૂળ થતા (આખરે વર્ણાત્મક શબ્દો–સ્વર-વ્યંજન વાક્યોમાં રુપાંતર) કે જેને વેખરી વાણી કહે છે

↓

વેખરી વાણી – તે જીભ મારફતે બારાખડી રુપે પ્રગટ થાય છે.

ઉપરોક્ત રીતે બતાવવામાં આવ્યા પ્રમાણે પ્રણવ નાદનું જ સ્ફૂરણ થઈને અનાહત નાદ, વિચાર વાણી અને આખરે વૈખરી વાણીમાં રપાંતર થઈને જીભ મારફતે શબ્દો ધ્વારા વ્યક્ત થાય છે. એટલા માટે ભાણ સાહેબે કહ્યું છે કે –

જે બોલે છે ઈ બીજો નથી. છે પરમેશ્વર પોતે,
પણ અજ્ઞાની છે આંધળો, તે અળગો રહીને ગોતે.
સાચું નામ છે સાહેબનું, જૂઠું નથી જરાય.
ભાણ કહે જો ભજી લે, તો ભારે કામ થાય.

બીજા પણ કોઈ સંતે કહ્યું છે કે –

'ઈ નામને જાણો, જાણો નામનો ભેદ.
કે જે નામથી સૃષ્ટિ બની, ને બન્યા છે ચારે વેદ'
હજારો નામ શ્રી હરીના, બધાય નામની સહી,
પણ જે નામથી નામી મળે, તે નામની કોકને ખબર થઈ.

તો **સાચું નામ હંસો – સોહં** કે જે આપણી અંદર ચાલી રહયું છે. (શ્વાસો-ઉચ્છવાસમાં અપાન અને પ્રાણ તે પ્રણવના જ સ્ફૂરણ છે)

શિવ સૂત્ર કહે છે કે બારાખડીનો પ્રત્યેક અક્ષર એ ઈશ્વરનો વિગ્રહ છે. તંત્રોમાં પણ કહેવામાં આવ્યું છે.

મંત્રા વર્ણત્મકા સર્વે ।

સર્વે વર્ણાઃ શિવાત્મકાઃ ॥

એટલે કે સર્વ મંત્રો વર્ણાત્મક અક્ષરના બનેલા છે. અને સર્વ અક્ષરો (વર્ણાત્મક) શીવનું સ્વરુપ છે. આમ બરાખડીનો પ્રત્યેક અક્ષર એક વિશિષ્ટ શક્તિ છે. અને આ શક્તિઓ ભેગી થઈને માતૃકા બને છે. તંત્ર સદાશીવમાં શીવ કહે છે કે –

સર્વે વર્ણાત્મકા મંત્રાસ્તે ચ શક્ત્યાત્મિકા પ્રિયે ।

શક્તિસ્તુ માતૃકા જયા સા ચ જ્ઞેયા શિવાત્મિકા ॥

એટલે કે મંત્રો અક્ષરોના બનેલા છે અને તે શક્તિ રુપ જ છે. શક્તિ બારાખડી રુપે આવિસ્કાર પામે છે. અને તે રુપે તેને માતૃકા જાણવી. આ માતૃકાને પણ શિવનું જ સ્વરુપ જાણવુ. દરેક અક્ષર અને શબ્દ જે પરાવાણીમાંથી સ્ફૂરતા થાય છે, તે દિવ્ય મંત્ર છે. કારણ કે તે શક્તિ રુપ છે. આ અંતર સ્પંદન દરેક શબ્દોમાં અંતર્નિહિત થાય છે, તેથી તા શબ્દોમાં આટલું બધું સામર્થ્ય છે. (સત્તા-શક્તિ છે.)

મંત્ર જાપમાં મનુષ્યને **ચેતનાના તે આંતર સ્પંદન સાથે તાદાત્મ્ય પ્રાપ્ત કરવાનું સામર્થ્ય છે.** આમ મંત્રમાં મનુષ્યની જીવ તરીકેની સંજ્ઞાને બદલીને તેને શિવમાં રુપાંતરીત કરવાની ક્ષમતા સહજ રીતે રહેલી છે. કાશ્મીર શિવ સિધ્ધાંત બે પ્રકારના તાદાત્મ્ય ભાવો વિષે કહે છે. એક તાદાત્મ્ય છે પરિમિત શરીર અને ઈન્દ્રિયો સાથેનું. બીજું શિવ-પરમાત્મા સાથેનું.

હું આ શરીર છું; બધ્ધ છું. એવા ભાવથી જીવવું એટલે કે હું આ શરીર રુપે છું. (દેહાધ્યાસ). એવા ભાવથી જીવન જીવવું તેને પશુભાવ કહેવામાં આવે છે. પણ પોતાને આત્મા સમજીને એ ભાવથી જીવવું તેને શિવભાવ એટલે કે ઈશ્વર સાથેનું તાદાત્મ્ય કહેવાય. મંત્રની અંદર આ પશુભાવના (જીવભાવ), મર્યાદીત જ્ઞાનનો નાશ કરવાની અને મનને શીવભાવ સાથે એકાકાર કરાવવાની શક્તિ રહેલી છે.

એટલે જ મંત્રોને **શીવનું સ્વરુપ** માનવામાં આવ્યું છે. આમ છતાં પણ આપણે જે મંત્ર જપીએ તે મંત્ર ગુરુ પાસેથી મેળવેલો હોવો જોઈએ. તે ચેતન મંત્ર - ચેતનમય હોવો જોઈએ. તેની અંદર રહેલી શક્તિ સંપૂર્ણ રીતે જાગૃત કરેલી હોવી જોઈએ. તે મંત્ર જડ હોવો જોઈએ નહી. એટલે કે સતા વગરના માત્ર લુખા શબ્દો ન હોવા જોઈએ.

મંત્ર એક પ્રકારની ધ્વનિ-અવાજ છે. અવાજની અસર વિષે પ્રયોગો કરવામાં આવ્યા છે. વનસ્પતિના બીજને અગલ અલગ જગ્યાએ વાવવામાં આવે છે. બન્ને જગ્યાએ પાણી, ખાતર અને સૂર્ય પ્રકાશ સમાન રીતે આપવામાં આવે છે. એક જગ્યાએ સંગીત વગાડવામાં આવે છે અને બીજી જગ્યાએ વગાડવામાં આવતું નથી. જે જગ્યાએ સંગીત વગાડવામાં આવે છે તે જગ્યાના છોડવાનો વિકાશ વધારે સારો થતો હતો.

મંત્રમા ચેતન અને જડતા શું હોય છે? શબ્દો માત્ર શબ્દો જ હોય તો તે જડ હોય છે. આપણે જે બોલીએ છીએ તે મંત્ર જ હોય છે. આપણે જાણતા નથી. આપણે અનુભવ્યું હશે કે ઘણી વખત લોકો વાત કરતા હોય છે પણ તેમની વાતમા દમ નથી હોતો. ઘણા લોકોની વાત સાંભળીને લાગે છે કે માત્ર વાતો જ કરે છે. જ્યારે કેટલાક લોકોની વાત સતાવાહી લાગે છે. હવે લાગશે કે આમા મંત્રની વાત તો આવતી જ નથી. પરંતુ વાતચીત કરતી વખતે શબ્દોનો સૂર-ધ્વનિ ક્યાંથી આવે છે. તે મંત્રની જાણકારી માટે જરુરી છે. જો અવાજ માત્ર કંઠમાથી-સ્વરપેટીમાંથી નીકળતો હશે તો કર્કશ હશે. સાંભળવો ગમશે નહી. આ છે મંત્રની જડતા. તેની કોઈ અસર પડતી નથી. એ જ અવાજ જો ગળામાંથી ઊંડેથી નીકળતો હશે તો તેમા મધુરતા હશે. જેમ કે કોઈ સંગીત શીખવાનો અભ્યાસ કરે છે. અભ્યાસ બાદ અવાજમા મધુરતા આવે છે. સાંભળવો ગમે છે. આ જ અવાજ જો હૃદયમાંથી ઉઠતો હશે તો તેમા મધુરતા ઉપરાંત ભાવ પણ ભળશે. આ અવાજની અસર વધી જશે. સાંભળનારના હૃદયને સ્પર્શી જશે. આ જ અવાજ જો નાભીમાંથી ઉઠે તો તે ચેતનાના સ્તરથી ઉઠે છે. આ છે મંત્રની ચેતના અને વાણીના ચાર પ્રકાર – વેખરી વાણી, મધ્યમાં વાણી, પશ્યંતી વાણી અને પરા વાણી.

હવે મંત્રની શક્તિ સમજીએ. શબ્દો મધુર થાય તો સંગીતના સ્વર જેવા લાગે છે. તાનસેન વિષે કહેવાય છે કે તે મલ્હાર રાગ વગાડતા તો વરસાદ વરસતો હતો. ગોલકોન્ડાના કીલ્લાના પ્રવેશ ધ્વાર પર કોઈ તાળી પાડે તો કીલ્લા ઉપર તેનો અવાજ સંભળાય છે. ધ્વનિ વિજ્ઞાન અને તેની શક્તિ વિષે ઘણા સંશોધનો થયા હતા. સમસ્વરતા ધ્વારા ધ્વનિમાં જીવંતતા આવે છે. ચેતનાનો અનુભવ થાય છે. આ છે મંત્ર શક્તિ.

૮.૧ નામ સિધ્ધ કરવું :-

જેમ જેમ આપણે ગુરુએ આપેલો મંત્ર જપતા જઈએ, તેમ તેમ તેના સ્પંદનો પ્રાણ સાથે ભળતા જશે આ સ્પંદનો હ્રદય સુધી પહોચીને શરીરની સપ્ત ધાતુઓમા વ્યાપીને શરીર અને મનને શુધ્ધ કરી નાખે છે. આમ શુધ્ધ ભાવે મંત્રનું રટણ કરતાં રહેવાથી તે ક્રમશઃ વૈખરીમાંથી મધ્યમાંની કક્ષાએ અને ત્યાંથી પછી પશ્યંતીની કક્ષાએ પહોચશે અને જેમ જેમ તે વાણીના સૂક્ષ્મથી સૂક્ષ્મતર સ્તરો પસાર કરશે તેમ તેમ આપણી સૂક્ષ્મથી પણ સૂક્ષ્મ કક્ષાઓનું શુધ્ધિકરણ થશે. આમ પવિત્ર ભાવથી મંત્ર જપતા જપતા આપણે પરાવાણી સુધી પહોચી જાશું. અને ત્યાં આપણને આત્માનો સ્પર્શ થશે. સાધક શુધ્ધ અહં ની સ્થિતિ કે જેમા તે પોતે, મંત્ર, અને તેનો અંતર આત્માં, ત્રણેય શુધ્ધ ચેતના રુપે સ્પંદીત થતા અનુભવી સકશે.

જ્યાં સુધા આપણે સ્થૂળ કક્ષાએ મંત્ર જપતા રહેશું, ત્યાં સુધી આપણને તેનો નાદ (અવાજ) અથવા અક્ષર રુપે અનુભવ થશે. પરંતુ ગુરુની કૃપાથી આ સ્થિતિથી પણ જ્યારે ઉચ્ચ સ્તરે પહોચશું, ત્યારે આપણને અક્ષરના દિવ્ય સ્વરુપનો અંતરમાં સાક્ષાત્કાર થશે.

વૈખરી કક્ષાએ એટલે કે સ્થૂળ કક્ષાએ મંત્ર જપ કરવાથી સ્થૂળ શરીરની શુધ્ધિ થાય છે. આ પ્રક્રિયા દરમ્યાન ઘણી વાર સાધકને મંત્ર શક્તિના સ્પંદનનો અનુભવ જીભને ટેરવે અથવા તો મુખની અંદર સ્પંદીત થશે. જેમ જેમ સ્થૂળ શરીરની શુધ્ધિ થશે, તેમ તેમ મંત્ર ઊંડો ને ઊંડો ઉતરીને કંઠ પ્રદેશમાં તેનું રટણ થવા લાગશે. એનો અર્થ એ કે મંત્ર હવે મધ્યમાં-વાણીની કક્ષાએ પહોચ્યો છે. એટલે કે શૂક્ષ્મ શરીરમાં તેનું કાર્ય શરુ થયું છે.

આ સ્તરે જ્યારે મંત્ર જાપ થાય છે, ત્યારે દિવ્ય તંદ્રાવસ્થા, પરમ ચૈતન્યની સ્થિતિનો અનુભવ થાય છે. આ એક પ્રકારની આનંદમય નિંદ્રા છે. જેમા સાધક ઘણા પ્રકારના દૃષ્યો જોઈ સકશે. જ્યારે મંત્રનો જાપ સૂક્ષ્મ શરીરમાં થાય છે, ત્યારે મંત્રના દિવ્ય સ્વરુપની સાધકને ઝાંખી થાય છે. અને એક નવા પ્રકારના સુખનો તેની અંદર ઉદય થાય છે. આ તબક્કે મંત્રની શક્તિનું સામર્થ્ય વધતું જાય છે. આ કક્ષાએ એક મંત્ર જપની સંખ્યા સ્થૂળ કક્ષાના મંત્રની સંખ્યાથી સો ગણી થાય છે. સૂક્ષ્મ શરીરનું શુધ્ધિકરણ થયા બાદ મંત્ર પશ્યંતી વાણીની કક્ષાએ પહોચે છે. હવે તે **હ્રદયમાં જાપ** થવા લાગે છે. જે **કારણ શરીર**નું સ્થાન છે. આ શરીરને **સુષુપ્ત** સ્થાન કહે છે. **હ્રદય એ મનનું ઉગમ સ્થાન છે.** (પ્રાણનું કેન્દ્ર). આ જગ્યાએ જન્મ-મરણ રુપી બંધનમાં નાખનાર ઊંડા સંસ્કારોના બીજનો સંગ્રહ રહેલો હોય છે.

મંત્ર જ્યારે આ કક્ષાએ પહોચે છે, ત્યારે આ સૂક્ષ્મ સંસ્કારોના બીજ દગ્ધ (બળી જઈને) થઈને તેની (હ્રદયની) શુધ્ધિ થાય છે. કારણ શરીરમાં મંત્ર જાપ થાય છે ત્યારે સાધકને નશા જેવી સ્થિતિનો અનુભવ થાય છે. અને અંતરમાં આનંદની ઊર્મીઓ ઉઠે છે.

અંતે કારણ શરીરની પૂર્ણ શુધ્ધિ થયા બાદ જપ નાભી સ્થાનમાં પરાવાણીની કક્ષાએ ઉતરે છે. અહીં તે આત્માને સ્પર્શે છે. તે આપણને શુધ્ધ અહં ની સ્થિતિ કે જ્યાં **આપણે, મંત્ર, અને આપણો અંતરાત્મા;** શુધ્ધ ચેતન રુપે એક સાથે સ્પંદીત થાય છે ત્યાં પહોચાડે છે. હવે આત્માનો પ્રકાશ સ્વયં પ્રગટ થાય છે.

આ કક્ષાએ પહોચ્યા બાદ મંત્ર પ્રયત્ન પૂર્વક જપવો પડતો નથી બલ્કે તે પરાશક્તિના દિવ્ય સ્પંદનરુપે, હું ના સંપૂર્ણ વિમર્શરુપે અંતરમાં વિશુધ્ધ પણે ધબકતો અનુભવાય છે. વસ્તુતઃ પરાવાણીની કક્ષાએ થતો જપ એ મંત્ર જપ નથી, તે તો પૂર્ણ હું–ના વિમર્શનુ સ્પંદન માત્ર છે. એ છે, શુધ્ધ ચૈતન્ય, શુધ્ધ આત્માનો અનુભવ. (આ કક્ષાને નામ સિધ્ધ થયું કહેવાય)

ભોલા નામના એક મહાન સંતે તેમના શ્રુતિકિટેર નામની છંદાવલીમા પ્રગટ થયેલા કાવ્ય સંગ્રહમાં મંત્રના સંબંધમાં નીચે મુજબ લખ્યું છે.

કાવ્ય

એક

લે મંત્ર તુ સદગુરુ સે સ્થાને, તું મંત્ર સે શાશ્વર બ્રહમ મને ધો થાય
તેરે સબ મંત્ર દેગા, નિર્દેશ્ય કુટસ્થ બતાય છે.

બે

આઠો ઘડી હી જપ મંત્ર પ્યારે, ના સ્વપ્ને ભી મનસે ભૂલા દે.
ના શ્વાસ કોઈ જપ હીન જાવે, સોતે હુએ ભી જપ હી સૂહાવે.

ત્રણ

બ્રહમાંડ સારા શુચિ મંત્ર ગાવે. આકાશમેં સે ધ્વનિ મંત્ર આવે.
ચૈતન્ય ગાવે, જડ મંત્ર ગાવે, ગાતે હુએ હી તબ દૃષ્ટિ આવે.

ચાર

ક્યા બાહ્ય ક્યા ભીતર મંત્ર બોલે, ક્યા પાસ ક્યા દૂર સ્વ મંત્ર બોલે,
સર્વત્ર બોલે સબ કાલ બોલે, વાર્જીત્ર બોલે સ્વર તાલ બોલે.

પાચ

હૈ મંત્ર હી કેવલ એક સચ્ચા, તલ્લીન હો જા ઉસ માંહિ બચ્ચા.
નિર્ભિક હો નિર્મલ હોય જા રે, વિશ્વેશ કા હે સુતઃ દર્શ પારે.

કાવ્યનો ભાવાર્થ : –

હે ભાઈ તું શાણો થઈને સદગુરુ પાસેથી મંત્ર લે, કારણ મંત્ર ધ્વારા જ તને શાશ્વર (શાશ્વત) બ્રહમનું જ્ઞાન થશે, આવો મંત્ર લેવાથી તારા સર્વ પાપો–દોષો ધોવાઈ જાશે. (નાશ પામશે) અને તને અવર્ણનિય અને અગમ્ય એવા કુટસ્થ બ્રહમનો આંતર બોધ થશે. દિવસ ને

રાત સતત મંત્રનો જાપ ચાલુ રાખ. અરે, સ્વપ્નમાં પણ તું મંત્ર જપવાનુ ભૂલતો નહી. નિંદ્રામા પણ તું જપ કરતો રહેજે. અખીલ બ્રહમાંડમાં આ પવિત્ર મંત્ર ગુંજી રહયો છે.

આકાશમાં પણ મંત્રનો ધ્વનિ ગુંજતો રહે છે, તેની તને અનુભૂતિ થશે. પ્રત્યેક ચેતન પ્રાણીઓમાં અને જડ વસ્તુઓમાં આ મંત ગુંજી રહયો છે. સર્વત્ર અને સતત વાજીંત્રોના સ્વરની માફક મંત્ર ધ્વનિનો તાલબધ્ધ ગુંજારવ, અંતર, બાહય, દૂર કે નજીક સંભળાતો હોય એવી અનુભૂતિ થશે, માટે હે ભાઈ! નિર્ભય અને નિર્મલ ચિતે આ મંત્રના જપમાં તલ્લીન બની જઈશ તો તને સર્વત્ર વિશ્વેશ્વરના દર્શન થશે.

મંત્રમા મહાન શક્તિ રહેલી છે. મંત્ર જ મહેશ્વર છે. આ સચરાચર જગતમાં જે કંઈ વ્યાપેલું છે તે મૂર્તિમાન મંત્ર જ છે. અરે, આપણો પ્રાણ જે કંઈ અંદર અને બહાર આવ-જા કરે છે, તે મંત્ર શક્તિના આધારે જ તેમ કરે છે. મંત્ર એ જીવન છે. માટે મંત્ર સાથે તાદાત્મ્ય સાધીએ. તે આપણી અંદર સદા સ્ફૂરે છે. આપણે માત એ સ્ફૂરણને અંદર સાંભળવાનું છે, અનુભવવાનું છે.

અષ્ટાવક્રે જનકને પણ કહેલું કે, **"શ્રવણ માત્રેણ!"**

૯.૦ હંસો

૯.૧ સોહં – નામ – પ્રાણ (અપાન-પ્રાણ)

મંત્ર જપની પધ્ધતિનું વર્ણન છે – કે જે સિધ્ધ પૂરુષોએ ઉપદેશેલ છે, અને આધ્યાત્મિક માર્ગમાં તે શ્રેષ્ઠ છે. તેનાથી આત્માની પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિ થાય છે. તેનું જ્ઞાન ગુરુ-શિષ્યની અખંડ પરંપરાથી ઉતરી આવેલું છે. જો કોઈ મનુષ્ય સિધ્ધ ગુરુ પાસેથી આવો મંત્ર પ્રાપ્ત કરીને ગુરુના કહ્યા પ્રમાણે તેનો જાપ, અભ્યાસ કરે તો તેને પૂર્ણત્વની સિધ્ધિની અવસ્થાની પ્રાપ્તિ થાય છે.

હંસ મંત્રની વિશિષ્ઠતા એ છે કે તે કોઈને પણ ફળ આપે છે. આબાલ, વૃધ્ધ, સૌ કોઈ – કોઈપણ દેશ અને ધર્મના લોકો, આ મંત્ર સહેલાઈથી અને સાહજીક રીતે જપી સકાય છે. સામાન્ય વ્યાવહારીક જીવન વિતાવતા, પણ આ મંત્રનો જપ કરી સકાય છે. હંસ મંત્રના વિજ્ઞાન ધ્વારા એવી સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી સકાય છે કે જે પ્રાપ્ત થવાથી સર્વ કાંઈ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે. જેના દર્શનથી સર્વ કાંઇ દૃશ્યમાન થઈ જાય છે. અને જેને જાણવાથી, સર્વનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થઈ જાય છે.

હંસ એ સહજ મંત્ર છે. એવા બીજા કેટલાયે મંત્રો છે કે જે જીભથી રટી સકાય છે. ઘણા મંત્રો છે કે જે માળાના મણકા સાથે જપી સકાય છે. પણ **હંસો** આ પ્રકારનો મંત્ર નથી, **હંસો** મંત્ર તો આપણા શ્વાસોચ્છ્વાસ સાથે આપણી અંદરથી સ્વયં સ્ફૂરે છે. અને સહજ રીતે જપાય છે. માટે કહેવામાં આવ્યું છે કે તે આપણો પોતાનો મંત્ર છે. અથવા તો આપણા અંતર આત્માનો અવાજ છે. (તેને પ્રણવ નાદ – આસમાની અવાજ – વચન – નામ, વગેરે પણ કહે છે.)

વેદોમાં આ મંત્રને ઉતમ ગણવામાં આવ્યો છે. તમ શાસ્ત્રોમા પણ તેને મહત્વનું સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે. સંત મહાત્માઓ અને સિધ્ધ યોગીઓએ પણ તેમની વાણીમાં તેનો મહીમા ગાઈને હંસ મંત્રની પ્રસંશા કરી છે.

વિજ્ઞાન ભૈરવ નામના શૈવમતના એક અતી મહાન ગ્રંથમાં હંસ મંત્રનું વિજ્ઞાન-રહસ્ય પ્રગટ કરવામાં આવેલું છે. ભારતમાં એવી પ્રણાલીકા છે કે આધ્યાત્મિકતાના ક્ષેત્રમાં જે કંઈ પણ કહેવામાં આવ્યું હોય તેનું પ્રમાણ તેમણે શાસ્ત્રોના આધારે આપવું પડે, કારણ કે શાસ્ત્રોને જ પ્રમાણભૂત માનવામાં આવ્યા છે. જો કોઈ વ્યક્તિ કોઈ પણ પ્રકારનું કથન આધ્યાત્મિક બાબતમાં કરે તો લોકો પૂછશે, કયા શાસ્ત્રના આધારે તમારી વાત પ્રમાણીત થાય છે? જો તે કહે કે મારું કથન કોઈ દર્શનશાસ્ત્રના આધારે નથી. તો લોકો તેને સ્વીકારવાની ના પાડશે.

"વિજ્ઞાન ભૈરવ" એ અનેક શાસ્ત્રોમાનું ઉચ્ચ શાસ્ત્ર છે. ઘણા શાસ્ત્રીઓને પોતાના કથનની સત્યતાના પૂરાવાની ખાત્રી આપવી હોય ત્યારે તેઓ તેમાથી ઉદાહરણો આપે છે. પ્રત્યેક શાસ્ત્રનો કોઈ લેખક હોવો જોઈએ અને તેને સમજાવનાર વિવેચક પણ હોવો જોઈએ. વિજ્ઞાન ભૈરવ આમા અપવાદ રુપ નથી. વિજ્ઞાન ભૈરવનો અર્થ છે – ભૈરવનું જ્ઞાન. આ એક આગમ છે. આગમ એટલે શિવ કે જે શંકર અથવા તો ભૈરવના નામથી પણ ઓળખાય છે. અને જેને વિશ્વનું પરમ તત્વ પણ કહેવાય છે. તેમના મુખમાંથી (શિવમુખેથી) બહાર આવ્યું છે. (પરાવાણી રુપે.) ભારતનું શાસ્ત્ર હોવા છતાં પણ તે ભારતના અથવા બીજા કોઈ ખાસ વિશિષ્ટ દેશ અથવા જાતીની આગવી મિલકત નથી. તે કેવળ ચૈતન્ય વિષયક છે. અને તેમાં ચેતનાનું નિરુપણ કરવામાં આવ્યું છે. પરમ તત્વ કે જે આપણો પોતાનો આત્મા છે તે કેવા રીતે પ્રાપ્ત કરી શકાય (તેનો સાક્ષાત્કાર થાય), તેનું વર્ણન ત કરે છે.

વિજ્ઞાન ભૈરવ એ ગુરુ-શિષ્યના સંવાદ રુપે છે. ગુરુ છે ભૈરવ. અને તેમની સહ ધર્મચારીણી ભૈરવી કે જે વિશ્વ જનની છે. તેમને શક્તિ અથવા તો શિવની સર્જનાત્મક શક્તિ પણ કહેવાય છે. તે શિષ્યા છે. આમ આ શિવ-શક્તિ કે ભરવ-ભૈરવી વચ્ચે થયેલ સંવાદ છે કે જેને ગુરુગીતા પણ કહેવાય છે.

ભૈરવ પાસેથી નિર્ગુણ-નિરાકાર પરમ સત્યનું વર્ણન સાંભળ્યા પછી ભૈરવી તેમને તે પરમ અને ગુઢ અંતર તત્વ જાણવાનો સીધો અને સરળ ઉપાય શું છે. એ બતાવવાની પ્રાર્થના કરે છે. તેમનો આ પ્રશ્ન સર્વલોકો માટે ઉપકારક છે. આ યગમાં-સમયમાં સામાન્ય લોકો માટે કઠીન સાધના અને તપશ્ચર્યા કરવી દુષ્કર હોવાથી એક એવા માર્ગની જરુર છે કે જેથી લોકો તેમનું વ્યવહારીક જીવન જીવતા જીવતા, તેમનો કામ ધંધો અથવા કુટુંબનો ત્યાગ કર્યા વગર અથવા તો અતી શ્રમયુક્ત પ્રયત્ન કર્યા વગર તેને સરળ અને સહજ રીતે અપનાવીને અનુસરણ કરી સકે.

આ જ કારણ સર ભૈરવીનો પ્રશ્ન ઘણો જ ઉપયોગી છે. ઈશ્વરે – શિવે જવાબમાં સત્યની પ્રાપ્તિ માટે ૧૧૨ સરળ પ્રક્રિયાનું વર્ણન કર્યુ છે. **આ પ્રક્રિયાઓને ધારણા કહેવામાં આવે છે. ધારણાનો અર્થ આપણી અંદર વસેલા ઈશ્વરને ધારણ કરવાનો બોધ.** વિજ્ઞાન ભૈરવમાં આવી ધારણાઓ જ આપેલી છે. આમાં પ્રથમ ધારણા સર્વોત્કૃષ્ટ છે. તે અતી સુંદર અને ખૂબ જ સરળ પણ છે. આ છે હંસનો બોધ. કે જે દરેક મનુષ્યમાં અંતર્નિહિત છે. (સતત અંત વગરનો) છે.

આ જે લખાણ કરવામાં આવ્યું છે. તેમાં ધારણા પરની ટીકા-સમજ ટૂંકમાં કહેલ છે. ભાષાની એક મર્યાદા છ. સત્યને શબ્દોમા વર્ણવી સકાતું નથી. માટે તેના શબ્દાર્થમાં જવાને

બદલે તેને અતી સુક્ષ્મતાથી વાંચી અને તેની અંદર ઊંડા ને ઊંડા ઉતરી મનન કરવાથી એમાંના શબ્દોના ભાવાર્થન સમજવાથી આપણને આપણી દિવ્યતાનું ભાન-જ્ઞાન થશે.

શિવ કહે છે... ઉર્ધ્વ પ્રાણો.

પરાદેવી કે જેનો સ્વભાવ સર્જન કરવાનો છે તે શરીરની મધ્યમાંથી (કેન્દ્રમાંથી) સતત શ્વાસ ધ્વારા ઉર્ધ્વગમન કરે છે અને ઉચ્છવાસ ધ્વારા અધ:ગમન કરે છે.

શાન્તીથી બેસો અને બહાર જતા અને અંદર આવતા શ્વાસને નિહાળ્યા કરો.

બહાર જતા શ્વાસને પ્રાણ કહે છે. અને અંદર પ્રવેશતા શ્વાસને અપાન કહે છે.

અપાનને જીવ અથવા જીવાત્મા પણ કહે છે. કારણ કે જ્યાં સુધી અપાન શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે, ત્યાં સુધી જ શરીરમાં જીવ છે એમ કહી સકાય.

જો પ્રાણ બહાર ચાલ્યો જાય અને અપાન શરીરમાં-અંદર પ્રવેશ ન કરે, તો શરીર માત્ર શબ બની જાય છે.

જ્યારે અપાન અંદર પ્રવેશે, ત્યારે તે નીચે હૃદયમાં ઉતરે છે.

જ્યારે પ્રાણ બહાર નિકળે છે, ત્યારે તે ઊપર ચડે છે.

આમ શ્વાસ ઊપર ચડે છે અને નીચે ઉતરે છે.

જ્યારે શ્વાસ અંદર અને બહાર જાય છે, ત્યારે તે અવાજ કરે છે.

જ્યારે શ્વાસ અંદર આવે છે, ત્યારે તે હં – હું અવાજ કરે છે. અને

જ્યારે તે બહાર જાય છે, ત્યારે તે સઃ અવાજ કરે છે.

આમ અંદર જતો અને બહાર આવતો શ્વાસ હંસ મંત્રનુ રટણ કરી રહયો છે.

હંસ મંત્રના વિષયમા આપણે એટલું સમજી લેવું જોઈએ કે આ સહજ જાપ છે. સહજ મંત્ર જાપ છે. આપણને તેનું ભાન હોય કે ન હોય તો પણ આ મંત્ર આપણી અંદર સદૈવ ચાલી રહયો છે. માત્ર આપણી જ નહી પરંતુ પ્રાણી માત્રમા ચાલી રહયો છે. અને તેની સ્ફૂરણા થકી જ સર્વ પ્રાણીઓ જીવીત રહે છે. માનવ શરીરમાં દિવસમાં (ચોવીસ કલાકમાં), ૨૧,૬૦૦ વખત શ્વાસ અંદર જાય છે અને બહાર આવે છે.

અને દરેક વખતે આ મંત્રનો જાપ થાય છે. આપણે માનીએ છીએ કે આપણે અમુક સમયે જ મંત્ર જપીએ છીએ. પરંતુ સત્ય એ છે કે દિવસમાં ૨૧,૬૦૦ વખત આ મંત્રનુ રટણ સહજ રીતે ચાલુ જ છે. જ્ઞાની જનોની મંત્ર જાપ વિષેની આવી સમજ હોય છે. મહાન સંત કબીર આ સહજ જાપનું વર્ણન કરતાં તેમના એક દોહામાં કહે છે કે ....

"કર ન જપું, માલા ન જપું, મુખસે ન બોલું રામ |
રામ હમારા જપકો જપે, મૈ બેઠ કર કરું આરામ ||"

હું માળાના મણકા સાથે મંત્ર નથી જપતો, હું જીભથી પણ મંત્ર નથી ઉચ્ચારતો, મારો મંત્ર મારો રામ જાતે જપે છે, જ્યારે હું તો આરામથી તેને સાંભળી રહયો છું.

આનું નામ તે અજપા જાપ. સામાન્ય લોકો બાહય જપ જપતા-રટતા હોય છે. કાં તો મંત્ર જોરથી ઘાંટો પાડીને અથવા તો મનમાં જપતા હોય છે. પરંતુ આપણી અંદર આ મંત્રનું સહજ રીતે રટણ થતું હોય છે. **જે મનુષ્ય હં અને સઃ એવા અવાજ સાથે શ્વાસને અંદર આવતો અને બહાર જતો નિરંતર નિહાળ્યા કરે છે તે અજપા જાપ કરી રહયો છે એમ કહેવાય.** હંસ મંત્ર જપવાની આ જ સાચી રીત છે.

હંસ મંત્રના જપને **અજપા ગાયત્રી** પણ કહે છે. અજપા ગાયત્રી એ જ હંસ મંત્ર છે કે જે શ્વાસો-શ્વાસ સાથે થયા કરે છે. **હંસ મંત્ર એ સ્વયંભૂ મંત્ર છે.** કોઈ પણ ઋષીએ એને શોધ્યો નથી. તેમ કોઈ યોગીએ પણ તેને બનાવ્યો નથી. જ્યારે આપણે માના ઉદરમાં (ગર્ભમાં) હોઈએ છીએ ત્યારે ભગવાન જાતે આ મંત્રની દીક્ષા આપે છે.

ગર્ભ ઉપનીષદમાં કહયું છે કે, ગર્ભ જ્યારે એક મહીનાનો થાય છે, ત્યારે જીવને તેના ભૂત અને ભવિષ્ય કાળનું જ્ઞાન થાય છે. તેને ખબર પડી જાય છે કે પોતે કોણ હતો અને હવે શું થવાનો છે. તેના મનઃ ચક્ષુ (અંતરદૃષ્ટિ) સમક્ષ તેના પૂર્વ જન્મોનું ચિત્ર પટ રજુ થાય છે. ત્યારે તે ગભરાય છે અને ચંચળતાથી અહીં-તહીં અંદર ફરકવા માંડે છે. પરંતુ ગર્ભ જે દિશામાં જાય છે ત્યાં તે આપતિમાં આવી પડે છે. – જ્યારે તે ઊપર ચડે છે ત્યારે હોજરી પાસે આવે છે અને તેને જઠરાગ્નિનો તાપ લાગે છે, ત્યાંથી આગળ વધીને કીડની (મૂત્રપિંડ) સાથે ટકરાય છે. ત્યારે ખારાશ અનુભવે છે તેથી તેના આઘાતથી દૂર ખસી જાય છે અને દુર્ગંધ મારતા આંતરડાઓની પાસે જાય છે, ત્યારે દુર્ગંધનો સામનો કરવો પડે છે. આમ તે નિરંતર ઘુમ્યા કરે છે. અને જ્યાં-જ્યાં તે જાય છે ત્યાં-ત્યાં નવીનવી મુશ્કેલીનો સામનો કરવો પડે છે. આખરે... ગર્ભ કંટાળીને ઈશ્વરને પોકારીને મદદ કરવા માટે પ્રાર્થના કરે છે.

પણ ઈશ્વર આત્મારુપે ત્યાં જ હોય છે અને આ બધું સાક્ષી ભાવે નિહાળતો જ હોય છે. અંતે જીવ કંટાળીને રળતો કકળતો ઈશ્વરને શરણે જાય છે. ત્યારે ઇશ્વર તેના પર અનુગ્રહ કરે છે અને તેને સોહં મંત્રનો ઉપદેશ આપે છે. **જેનો અર્થ – "તે હું જ છું." અને એ જ હંસ મંત્ર છે.**

ગર્ભવાસમાં મંત્ર જપ કરતાં કરતાં જીવને પરમ તત્વ સાથેના તાદાત્મ્યનું ભાન થાય છે. તે સોહં બોધની પ્રતિતીમાં ડૂબી જાય છે. એ બોધ જ એનું સાચું સ્વરુપ છે. તેથી તે શાન્ત અને

ગંભીર બની (બ્રહ્મદશામાં) રહે છે. નવ માસ પૂર્ણ થતાં તે માતાના ઉદરમાંથી બહાર ધકેલાય જાય છે. ત્યારે બહાર નીકળતાની સાથે જ જન્મની પીડાને લઈને તે ક્વાં-ક્વાં અથવા તો કોહું-કોહું અવાજ કરતો રડવા માંડે છે. (ગર્ભમાંથી બહાર આવતા ટ્રોમા-માનસિક આઘાતને કારણ). ઈશ્વરે આપેલો ઉપદેશ અને પ્રાપ્ત કરેલા જ્ઞાનનું વિસ્મરણ થાય છે.

સોહં ની સભાનતાને તે ગુમાવી બેસે છે. અને કોહું કોહું – હું કોણ છું? હું કોણ છું?. એવા પોકારો કરવા માંડે છે. એ જ ક્ષણથી પોતે પોતાની જાતનું જુદી જુદી રીતે તાદાત્મ્ય સાધવા માંડે છેઃ – અને કહે છે કે હું આ દેહ છું, અમુક જાતીનો છું, સ્ત્રી છું, પુરુષ છું. હું પાપી છું ક ગરીબ છું કે હું ધનવાન છું, હું ડોક્ટર છું કે હું વકીલ છું, વગેરે, વગેરે … . આવી જાતની પોતાના વિષેની સમજ જડ ઘાલે છે. (માની લેવામાં આવે છે.) અને આખી જીંદગી તદનુસાર વ્યતિત કરીને દુખી થાય છે.

છતાંય હર-હમેશ હંસ મંત્ર તો ચાલુ જ રહે છે. જેવો બાળક ગર્ભમાંથી બહાર આવ છે, તેવો તે પહેલો શ્વાસ બહાર કાઢે છે અને પછી **હં** અવાજની સાથે શ્વાસ અંદર લે છે. ત્યારથી જ મંત્રનુ રટણ સ્વયં ચાલ્યા કરે છે. આ મંત્રની દીક્ષા પહેલેથી પોતાને-તેને મળી ચુકી છે એ વાતનું તેને વિસ્મરણ થાય છે. તેથી જ મનુષ્ય ગુરુ પાસે જાય છે અને ફરીથી દીક્ષા લે છે.

પરંતુ મંત્ર તો અંતરમાં નિરંતર ચાલ્યા જ કરે છે. એ વિસ્મૃતિનું, અનુભવી ગુરુ ફરીથી સ્મૃતિ કરાવીને તે વિષેનો બોધ આપે છે. અને **હંસ** મંત્રનુ રટણ કેમ કરવું તેનું વિજ્ઞાન બતાવે છે અને મંત્ર તો અંતરમાં નિરંતર ચાલ્યા જ કરે છે. તેણે તો માત્ર એટલું જ કરવાનું છે કે તેના પ્રત્યે તે સદાય જાગૃત રહે.

દાસાનું દાસ દીલસુખદાસના જય ભગવાન.

૧૦.૧.૧ પ્રાણ

હંસ મંત્રનું રહસ્ય પામતા પહેલા પ્રાણનું રહસ્ય સમજવું જોઈએ. પ્રાણ એ જીવંત શક્તિ છે. તેથી મનુષ્યે તેનું મુલ્ય ઓછું નહી આંકવું જોઈએ. આપણા જીવનનું એ દિવ્ય કારણ છે. શરીરનો આધાર પ્રાણ છે. એક વાર પ્રાણ શરીરને છોડીને બહાર નીકળી જાય તો શરીર શબ બની જાય છે અને કોઈને તેની સામે નજર કરવાનું પણ ગમતુ નથી. હકીકતમાં, પ્રાણ એ માનવ જીવનનો આધાર જ નહી પરંતુ સમગ્ર વિશ્વની અતી આવશ્યક જીવંત શક્તિ છે. તે સમગ્ર વિશ્વમાં વ્યાપીન તેનો આધાર બને છે. પ્રાણને કારણે જ પ્રાણી માત્ર જીવીત છે, વૃક્ષો અને પર્વતો પણ તેના આધારે અસ્તિત્વમાં છે. શૈવ સિધ્ધાંત અનુસાર શિવથી માંડીને એક નાનામાં નાની કીડી સુધી સર્વ કોઈ પ્રાણના આધારે જ જીવંત છે.

આ પ્રાણ એક જ છે પરંતુ માનવ શરીરમાં તે પાંચ રુપ ધારણ કરે છેઃ – કે જે **પ્રાણ – અપાન – સમાન – વ્યાન** અને – **ઉદાનના** નામે કહેવાય છે. આ પાંચ રુપમાં તે શરીરની ૭૨,૦૦૦ નાડીઓમાં વહી રહયો છે. અને જીવનનો વહેવાર ચલાવી રહયો છે. સર્વનો આધાર પ્રાણ છે.

જ્યારે બાળક જન્મે છે ત્યારે તેનુ નાભિ સાથ જોડાયેલ નાડ મારફતે કુંડલીની શક્તિ (શિવની શક્તિ, મહા આકાશ, ઈશ્વર વગેરે) ધ્વારા જીવંત હતું તે નાડને કાપીને તે શક્તિનો પ્રવાહ બંધ કરીને હવામાં રહેલા વ્યાપક પ્રાણ સાથે જોડાણ કરીને પ્રાણને શરીરમાં શ્વાસ નાડી મારફતે દાખલ કરવામાં આવે છે. આ ક્રિયાને શાસ્ત્રોમા પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા કહેવામાં આવે છે. આમ પ્રાણ સ્વયં જીવન છે. પ્રાણ શરીરની અંદર અને બહાર જતો અટકી જાય તો સમજવું કે મનુષ્ય કાં તો સમાધિ અવસ્થામાં છે અથવા તો મૃત્યુ પામ્યો છે. કોના આધારે પ્રાણ અંદર અને બહાર આવ-જા કરે છે? આપણે પોતે તો શ્વાસને (પ્રાણને) શરીરની અંદર અને બહાર લઈ જતા નથી. **શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયા તો આપો આપ ઈશ્વર ઈચ્છાથી થાય છે.**

શ્વાસ અંદર જઈને હૃદયમા જઈને અટકી જશે તો શું થશે? પણ આમ થતું નથી. આપણે રોકવા મથીએ તો પણ તે શક્તિ તેને બહાર ધકેલી દેશે. તેવી જ રીતે શ્વાસ અંદરથી બહાર ઉભરાઈને બહાર જાય છે, ત્યારે તે બહાર જ થંભી જતો નથી. એક એવી શક્તિ છે કે જે તેને અંદર ખંચી લે છે. જે શક્તિ શ્વાસને અંદર અને બહાર લઈ જાય છે તે પરમ ચિતિ-પરા શક્તિ

છે. જે ચિતિશક્તિ આ વિશ્વનું સર્જન કરે છે તે જ ચિતિશક્તિ શ્વાસને અંદર અને બહાર ધકેલે છે.

વસ્તુતઃ શાસ્ત્રો કહે છે કે વિશ્વવ્યાપી ચૈતન્ય પોતે જ શ્વાસ રુપે અંદર બહાર જાય છે. ઉપનિષદો પણ કહે છે કે પ્રાણ એ ઈશ્વર છે. શૈવ સિધ્ધાંતો કહે છે કે વિશ્વવ્યાપી ચૈતન્ય જ પ્રાણ બને છે.

વિશ્વના સર્જનની પ્રક્રિયા દરમ્યાન પરમ ચેતનનું પ્રાણમા રુપાંતર થઈને તે દરેકમાં પ્રવેશે છે. તે નાદ અથવા શબ્દ બને છે. અને સાથે સાથે પ્રાણ બને છે. આ પરમ ચૈતન્ય આપણો પ્રાણ બન્યો એ જ આપણી જીવનશક્તિ છે. આમ શરીરમાં શ્વાસ અંદર લેતી વખતે અને બહાર કાઢતી વખતે જે અવાજ થાય છે તે પરમ ચૈતન્યવાણી છે.

આ વિશ્વવ્યાપી શક્તિ પોતાના અસ્તિત્વમાંથી સારાય વિશ્વનું સર્જન કરે છે. અને આ જ શક્તિ જ્યારે માનવ શરીરમાં વસે છે ત્યારે તે કુંડલીનીને નામે ઓળખાય છે. વિજ્ઞાન ભૈરવમાં શિવ આ જ કહ છે. કુંડલીની પોતે જ હંસમંત્ર જપે છે. હંસમંત્ર જ ઈશ્વરનો સાચો અવાજ છે.

પરમ ચૈતન્યનું આ ઉચ્ચારણઃ – જે સતત ચાલુ રહે છે અને જેને શ્વાસ પ્રશ્વાસનના નામે આપણે ઓળખીએ છીએ. તે સ્પંદીત થઈ રહયું છે. શૈવ સિધ્ધાંત અનુસાર આ સ્પંદન જ અન્તર બાહય સૃષ્ટીનું સર્જન કરે છે. આ વિશ્વ, શબ્દબ્રહમ – મૂળ સ્પંદ કે આદીદિવ્યનાદ (ૐ – પ્રણવ નાદ – ઓહંગ) માંથી પ્રગટ થયું છે. આદીનાદ ઓહં માંથી બે અક્ષરો સ અને હં નીકળ્યા. અને આ બે અક્ષરોમાંથી વિશ્વનો જન્મ થયો. તેથી બે અક્ષરો જે **હં** અને **સ** નીકળ્યા તે શરીરમાં શ્વાસ અંદર જતાં અને બહાર આવતાં અંતર ચેતના ઉચ્ચારે છ. એ જ અખીલ બ્રહમાંડનું પ્રગટીકરણ કરનાર આદીનાદનું સ્પંદન છે.

આ બાબતને આલેખના સ્વરુપમા દર્શાવીએ જેથી સમજવામાં સરળતા રહે –

૧૦.૨.૧ પરમાત્મા – ચેતના – પ્રાણ – રુપાંતરણનો આલેખ.

પરમાત્મા, (વ્યાપક ચેતના, અખીલ ચેતના)

↓

સ્ફૂરણ થતાં

↓

દિવ્ય નાદ, {મૂળ સ્પંદ, (ૐ), મૂળ વચન; (બ્રહ્માંડનું કેન્દ્ર, સમષ્ટીનું કેન્દ્ર)}

↓

સ્ફૂરણ થતાં (**પરાવાણી નાભી પ્રદેશમા**)

↓

અનાહત નાદ, (સઃ હં) (સોહંમ – પ્રાણ, અપાન)

↓ હૃદય પ્રદેશમાં, **(પશ્યંતિ વાણી)**

વિચાર વાણી, (સંકલ્પ-વિકલ્પ)

↓ કંઠ પ્રદેશમાં, (**મધ્યમાં વાણી**)

વર્ણાત્મક વાણી, અક્ષરો, બારાખડી (સ્વર – અ,આ,ઈ,ઉ... વગેરે. વ્યંજન– ક,ખ,ગ,વગેરે... બારાખડી)

↓ મુખમાંથી જીભ ધ્વારા, **(વેખરી વાણી)**

શબ્દો, વાક્યો, વગેરે ઉચ્ચારણો કે જેમાંથી

↓

ચાર વેદ, (ઉપનિષદ, શાસ્ત્રો, સંતવાણી વગેરે...)

↓

વિશ્વનું સર્જન (ઉત્પતિ)

↓

પાલન (સ્થિતિ)

↓

વિસર્જન (ઉપસમ)

ઉપરોક્ત બધા સ્વરુપો ચેતનમાંથી થયેલ હોઈ ચેતનનાં **વિવર્ત સ્વરુપા** છે. જેમ કે પાણીમાંથી થયેલ તરંગો, મોજાઓ, વમળો, પરપોટાઓ, ફીણ, વાદળા, વરાળ, બરફ, નદી, સરોવર પાણીના જ વિવર્ત છે. તેવી જ રીતે શિવ સિધ્ધાંત અનુસાર, આ દૃશ્યમાન જગત એ વિવિધ સ્પંદનો અને વિવિધ પ્રકારના નાદોના સંયોગીકરણમાંથી ઉદભવ્યું છે.

આ નાદ વિશ્વનો આધાર છે. એ સંસ્કૃત બારાખડીના બાવન અક્ષરોનો ધ્વનિ છે. વિશ્વના સર્જનની પ્રક્રિયામાં બારાખડીના જે જુદા જુદા અક્ષરોને આપણે જાણીએ છીએ તે અક્ષરોની જુદી જુદી ધ્વનિઓ રુપે ચેતન શક્તિનો આવિષ્કાર થાય છે. આ અક્ષરોને માતૃકા કહેવાય છે. જ્યારે પરમ ચૈતન્ય અક્ષરોનું સ્વરુપ ધારણ કરે છે ત્યારે તેને માતૃકા શક્તિ કહેવાય છે.

આ અક્ષરો; માતૃકાનો સમૂહ, એ દરેક પ્રકારની સમજનું અને જ્ઞાનનું તથા અંતર-બાહ્ય જગતની સૃષ્ટિનું કારણ છે. અને **હં** અને **સઃ** એ આ બધા અક્ષરોનો સ્રોત છે. અને આ બે અક્ષરોમાંથી જ બીજા બધા ધ્વનિઓ નીકળે છે. તેથી **હં** અને **સઃ** જે પ્રાણની સાથે ઊઠે છે અને સમે છે. તે જ ખરી રીતે વિશ્વનું મૂળ સ્રોત છે. આ બે અક્ષરોમાંથી બીજા જે અનેક પ્રકારના ધ્વનિઓ ઉઠે છે તેનું સ્વરુપ આ વિશ્વ છે. ગુરુગીતા કહે છે કે **હં** અને **સઃ** એ વિશ્વનું ઉગમ સ્થાન છે.

શબ્દો બાહ્ય જગતનું મૂળ કેવી રીતે છે તે સમજવાનું જરા અઘરુ લાગશે, પરંતુ આપણા અંતર જગતનું મૂળ એ બારાખડીના અક્ષરો ઉપર નિર્ભર છે. આ સમજવામાં જરા પણ મુશ્કેલી નહી લાગે. શીવ સૂત્રમાં એક સૂત્ર છેઃ –

"જ્ઞાનાધિષ્ઠાનં માતૃકા ॥"

માતૃકા એટલે બારાખડીના અક્ષરોમાં રહેલી સ્વાભાવીક શક્તિ. એ મર્યાદીત જ્ઞાનનું કારણ છે. સિમિત જ્ઞાન એ ભેદાત્મક જ્ઞાન છે, વ્યાવહારીક અથવા ધ્વૈત પેદા કરનાર જ્ઞાન છે. અને માતૃકા, એ આ પ્રકારના જ્ઞાનની જનની છે, એ સર્વ ભાષા, કાવ્યો અને શાસ્ત્રોની જનની છે. આ માતૃકા શક્તિ ધ્વારા અક્ષરોમાંથી શબ્દો બને છે, શબ્દોમાંથી વાક્યો બને છે અને વાક્યોમાંથી અર્થ નીકળે છે; અને તેમાંથી સમજનો (જ્ઞાનનો) પ્રાદુર્ભાવ થાય છે.

શબ્દો જ આપણામાં સર્વ પ્રકારની લાગણી પેદા કરે છે. આપણા હૃદયમાં ઉદભવતી ભિન્ન-ભિન્ન લાગણીઓ અને વિચારોનું મૂળ આ શબ્દોની શક્તિ જ છે. શબ્દોની શક્તિથી જ આપણે સુખ-દુખ, સારું-નરસુ, પૂણ્ય-પાપ જેવા ધ્વંધ્વો અનુભવીએ-સમજીએ છીએ. કોઈને પાપી કહેશું તો તેને અપમાન લાગશે. અને તે લજ્જા પામે છે. પરંતુ જો કોઈને સારા ધર્મી છો – ધાર્મિક છો એમ કહેવામાં આવે તો તે ખુશી-આનંદ અનુભવશે.

આમ આ ધ્વંધ્વ શબ્દો જ સર્જે છે. અને આ ધ્વંધ્વને કારણે જ આપણે સુખ કે દુખ અનુભવીઅ છીએ. આ સર્વ લાગણીઓ અને અવસ્થાઓ માત્ર **હં** અને **સઃ** બે અક્ષરોની જ લીલા છે. કારણ કે બધા અક્ષરો – શબ્દો – વાક્યો એમાંથી જ ઉદભવ્યા છે.

આ અક્ષરોના સાચા સ્વરુપનું જ્ઞાન નહી હોવાથી આપણે તેના થકી બધ્ધ થયા છીએ. જ્યારે તેના સાચા સ્વરુપનું જ્ઞાન થાય છે, ત્યારે તે શબ્દોમાં આપણને બધનમાં જકડવાની શક્તિ રહેતી નથી. આ બે અક્ષરો યથાર્થ છે શું? એ સમજવું એટલે જ મુક્તિ પામવી – જીવન મુક્ત થવું. **"હું" નો ધ્વનિ કે જે શ્વાસ અંદર લેતી વખતે અંદર પ્રવેશે છે, એ જ શિવ છે; શુધ્ધ અહં ચેતના છે, એ જ આપણો અંતર આત્મા છે. અને શ્વાસ બહાર નીકળતા જે "સઃ" ધ્વનિ નીકળ છે તે જ શકિત છે; ઈશ્વરની સર્જનાત્મક શક્તિ છે.** "સ્પંદકારીકા" કહે છે કે શક્તિનું પ્રથમ સ્પંદન; પ્રથમ ચલણ. એ "સઃ" કહેવાય છે. આમ શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ એ શિવ અને શક્તિનું – ઈશ્વર અને તેની સર્જનાત્મક શક્તિનું નૃત્ય છે.

આ પરાશક્તિ જ્યારે અંદર જાય છે, ત્યારે હું કે હં એવો અવાજ કરે છે. અને બહાર નીકળે છે ત્યારે સઃ એવો અવાજ કરે છે. આવી રીતે અનેક સૃષ્ટિનું સર્જન અને વિલય તે પરાશક્તિ કરતી રહે છે. **સાચી સમજ ધ્વારા, જ્યારે આની પ્રતિતી થશે, ત્યારે આ સત્ય તરત જ લાધશે (સમજાશે). હંસ મંત્રનું રહસ્ય સમજવાથી આપણને આત્માનું જ્ઞાન થાય છે. કવિ સુંદરદાસે કહયું છે કે આત્મા પરમાત્મા છે. આત્મા ચૈતન્ય છે. અને આત્મા સદૈવ નિજ મંત્ર સોહં – સોહં નું રટણ કરે છે. હંસ મંત્ર સર્વ જ્ઞાનનું મૂળ છે. માટે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું હોય તો હંસ મંત્રનો જાપ કરવો જોઈએ.**

શબ્દોનું રટણ સારી રીતે સમજનાર કવિ કાલીદાસ કહે છે કે ભૌતિક અથવા તો આધ્યાત્મિક જીવનમાં શબ્દો વાપર્યા સિવાય આપણે કંઈ પણ સમજી શકતા નથી. શબ્દો વગર આપણે કોઈ પણ પ્રવૃતિ કરી સકતા નથી. મુંગો માણસ પણ સાંકેતિક ભાષામાં એક બીજા સાથે વાતચીત કરે છે.

જેનું કોઈ નામ હોય અથવા સંજ્ઞા હોય તે જ વસ્તુનું આપણે વર્ણન કરી સકીએ છીએ અને જ્યારે અક્ષરો ભેગા થઈ શબ્દ બને, ત્યારે જ તેમાંથી અર્થ નીકળે છે. ભૌતિક જીવનમાં શબ્દો ધ્વારા જ વસ્તુનું જ્ઞાન થાય છે. અને તેથી શબ્દ અને વસ્તુનું જ્ઞાન અભિન્ન છે. તે જ પ્રમાણે આ બે અક્ષરો હં અને સઃ માં ઈશ્વરનું જ્ઞાન સમાયેલું છે.

એટલા માટે જો આપણે મંત્ર ફળે તેમ ઈચ્છતા હોઈએ તો આપણે તેના વિષે સાચી સમજ કેળવવી જોઈએ. આ દુનિયામાં દરેક જણ હંસ મંત્ર જપે છે. પરંતુ મોટા ભાગના લોકોને તેનું ફળ મળતું નથી. આનું કારણ એ છે કે લોકોને તેના વિષે સાચી સમજ નથી. **શિવ સિધ્ધાંત કહે છે કે, 'પૃથક મંત્રઃ, પૃથક મંત્રી ન સિધ્યાન્તિ કદાચન ।' એટલે કે મંત્ર અને મંત્ર જપનાર બન્ને અલગ છ એવો ભાવ સેવવાથી મંત્ર ફળતો નથી.**

મંત્ર અને મંત્ર જપનાર વચ્ચે ભિન્નતાનો ભાવ ન હોવો જોઈએ. હંસ મંત્રના રટણમાં મંત્ર સ્વયં પ્રગટ થાય છે. અને મંત્રનું ધ્યેય અથવા તો લક્ષ આત્મા છે. તેથી આત્મા જ તેને–મંત્રને જપે છે, આત્મા જ તેનું–મંત્રનું લક્ષ્ય છે અને આત્માના રટવાથી (જપવાથી) જે પ્રાપ્તિ થવાની છે તે આત્મા જ છે. જ્યારે મંત્ર, મંત્ર જાપ કરનાર અને મંત્રનુ લક્ષ ત્રણેય એક થઈ જાય છે એટલે કે અભિન્નત્વ સાધે છે ત્યારે મંત્રના ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે. મંત્રના રટણની આ જ રીત છે; આ જ પધ્ધતિ છે. એકનાથ મહારાજ કહેતા હતા કે હું જ ઈશ્વર છું, હું જ ભક્ત છું અને તની પૂજાની સામગ્રી પણ હું જ છું. તેવી જ રીતે જ્યારે આપણું મન હંસ મંત્ર જપે, ત્યારે તેને યાદ રાખવું જોઈએ કે પોતે જ મંત્ર છે અને મંત્રનું લક્ષ પણ પોતે જ છે. આપણે સતત યાદ રાખવું જોઈએ કે આપણે પોતે જ એટલે કે આપણો આત્મા જ પરબ્રહ્મ છે, આપણે પોતે જ શિવ છીએ. આપણે પોતે જ પરમાત્મા છીએ.

થોડું પ્રાણાયમ વિષે સમજી લઈએ તો દાસાનુ દાસની અનુભવ વાણી સમજવી સરળ થઈ જાશે. પ્રાણાયમ એટલે કે શ્વાસ કેવી રીતે ચાલી રહયો છે તેનો અભ્યાસ. શાસ્ત્રોમા ઉલ્લેખ છે કે ગુરુ દતાત્રેયના ચોવીશ ગુરુ હતા. તેમણે બાળકને પણ ગુરુ ગણ્યા હતા. બાળક પરમાત્મ સ્વરુપ છે. તે ઊંઘતો હોય છે ત્યારે જે રીતે શ્વાસ લે છે તે જ પ્રાણાયમ છે. એ જ તો દાસાનુ દાસ કહે છે.

શિવ સિધ્ધાંત કહે છે કે સોહંનુ ચિન્તન એ આપણા પોતાના આત્માનું જ્ઞાન છે. તેથી આપણે આ જપની પ્રતિતી (અનુભૂતિ) આપણી સર્વ પ્રવૃતિઓ સાથે સાંકળીને કરી લેવી જોઈએ. આપણી અંદર મત્ર ચાલી રહયો છે એવી પ્રતિતી જ્યાં સુધી ન થાય ત્યાં સુધી મંત્ર જાપ કરવો જોઈએ. **શાંત ચિતે બેસીને શ્વાસોચ્છવાસ વડે આ બે અક્ષરો જોડીને મંત્ર જાપ કરવાથી આખરે સમજ પડશે કે મંત્ર પોતાની મેળે સ્વયંભૂ થાય છે (ચાલે છે).** શ્વાસ અંદર જતા અને બહાર આવતા આ મંત્ર સંભળાવા માંડશે.

પરંતુ મંત્રને માત્ર સાંભળવો એટલું જ પૂરતું નથી; હંસ અર્થ બોધ કરતાં કંઈક વિષેસ પણ છે. આ આપણે સ્પષ્ટ સમજવાની જરુર છે. કારણ કે આ રહસ્ય તિક્ષ્ણ અને કુશાગ્ર બુધ્ધિવાળાને જ સમજાય છે.

જેમ જેમ શ્વાસને અંદર આવતાં અને બહાર જતાં નિહાળીએ તેમ તેમ જણાશે કે જ્યારે તે અંદર આવ છે, ત્યારે બાર (૧૨) આંગળી જેટલા અંતરે અંદર લય પામે છે; જ્યાં તે લય પામે છે તે સ્થાનને હૃદય કહે છે. અથવા તો આંતર ધ્વાદશાંત કહે છે. તેને **શિવ ધ્વાદશાંત** પણ કહે છે.

શ્વાસ અહીં લય પામીને ફરી પાછો ઉદભવ પામીને બાર આંગળ જેટલા અંતરે બહાર જઈને બાહ્ય આકાશમાં લય પામ છે. આ બાહ્ય આકાશને બાહ્ય ધ્વાદશાંત કે **શક્તિ ધ્વાદશાંત** અથવા બાહ્ય હૃદય (બાહ્ય કુંભકનું સ્થાન) કહે છે.

અહીં હૃદય શબ્દનો અર્થ ભૌતિક સ્થૂળ ઈન્દ્રિય એવો નથી કરવાનો. હૃદય એટલે એવું સ્થાન જ્યાં અંદર આવી અને બહાર જઈ શ્વાસ લય પામે છે. (તેને કુંભકન સ્થાન પણ કહેવાય છે.)

ખરી રીતે તો આ બે સ્થાનો (આંતર-બાહ્ય કુંભકના સ્થાનો) એક જ છે. આપણી અંદર રહેલા દેહાભિમાનને (અહંકારને) લીધે જ આ અંદર અને બહારના સ્થાનની ભિન્નતા વિધમાન છે. જેવા આપણે દેહાભિમાનથી પર થઈ જઈએ છીએ કે તરત જ આ બે સ્થાનો એક બીજામાં લય પામે છે. હંસ મંત્રના જાપથી આ સહજ રીતે થાય છે.

જ્યારે શ્વાસ હં અવાજ સાથે અંદર પ્રવેશીને લય પામે છે ત્યારે એક એવી ક્ષણનું બિંદુ આવે છે કે જ્યારે મન એકદમ શાંત અને વિચાર વિહિન દશામાં હોય છે. આ છે મધ્યદશા કે પ્રાણ અપાન વચ્ચેનું સ્થાન. ત્યારે ધ્યાન અહી જ કેન્દ્રિત કરવાનું હોય છે. આ લય સ્થાન પર ધ્યાનને કેન્દ્રિત કર્યા વગર જો સાધક મંત્રજાપ કર્યા કરશે તો કંઇ ફળ મળશે નહી. (રતી પીલવા જેવું થાય. તેમાથી તેલ નીકળે નહી.) પરંતુ લય સ્થાન ઊપર જ સાધક ધ્યાન કેન્દ્રિત કરે તો તે ઉચ્ચતમ ધ્યાન અને સર્વોતમ જ્ઞાનની સ્થિતિ ગણાશે.

પ્રાણ-અપાન વચ્ચેની શાન્ત અવસ્થા કે જ્યાં કોઈ પણ વિચાર અસ્તિત્વ ધરાવતો નથી તે જ સાધકના-આપણા મંત્રનું સાચું લક્ષ છે. આ ચમત્કારીક સ્થાન છે. આ જ અહં વિમર્શ ચેતનાનું આંતર-સ્પંદન છે. આ જ સ્થાનેથી શબ્દો સ્ફૂરે છે, અને લય પામે છે. (આ ગેબમાંથી ગેબી બોલે છે એમ કહેવાય છે.) આ નિરાકાર સ્થાન અપાનને અંદર ખેંચે છે. અને પ્રાણને બહાર ધકેલે છે.

આ જ સ્થાન જ્યાં હં લય પામે છે અને હજી સઃ નો ઉદય થયો નથી; ત્યાં જ ઈશ્વરનો કે ચેતનાનો અથવા આત્માનો વાસ છે. (ઈશ્વર, ચેતના કે આત્મા એક બીજાના પર્યાય શબ્દો છે.) જે સ્થાને સઃ બહાર લય પામે છે. તે પણ ઈશ્વરનું સ્થાન છે. તો આ બે અક્ષરો લય પામે છે તે ક્ષણને ઓળખો. જ્યારે સાધક એ ક્ષણને ઓળખીને તેમાં જ સ્થિર થઈ જાય, ત્યારે તેને સત્યનો (ઈશ્વરનો) સાક્ષાત્કાર થાય છે.

આ જ હંસ વિધા – હંસ વિજ્ઞાન છે. આ માત્ર સહજ મંત્ર જાપ જ નથી. **આ એક નૈસર્ગિક પ્રાણાયમ છે.** યોગ શાસ્ત્રો અનેક પ્રકારના પ્રાણાયમો અને કુંભકનો ઉલ્લેખ કરે છે.

યોગીઓ મનને શાન્ત રાખવા માટે પ્રાણાયમ કરે છે. તેઓ કુંભક પણ કરે છે, કારણ કે જ્યારે શ્વાસ થંભાવવામાં આવે છે ત્યારે સમાધી પ્રાપ્ત થાય છે.

શૈવ મત જણાવે છે કે પ્રાણાયમ અને કુંભક ઈશ્વરની પ્રેરણાથી નૈસર્ગિક રીતે થવા જોઈએ. વસ્તુતઃ તે સ્વયં થતા હોય છે. કોણ પ્રાણાયમ નથી કરતું? દિવસ અને રાત, સતત શ્વાસ ઉચ્છવાસ અને કુંભક થતા રહે છે. આ છે નૈસર્ગિક પ્રાણાયમ; સહજ કુંભક. તેથી પ્રાણાયમની ખાસ વિશિષ્ટ પધ્ધતિનો અભ્યાસ કરવાનો રહે છે કે શ્વાસ કેવી રીતે ચાલી રહયો છે. આપણે પ્રયત્નપૂર્વક કશુ કરવાનું નથી. આપણા શ્વાસનું પણ નિયમન કરવાની જરુર નથી સહજ રીતે તેને અંદર લો અને બહાર કાઢો.

શ્વાસ થંભાવવાની પણ જરુર નથી માત્ર શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ વચ્ચે અવકાશ રહે છે તે પ્રત્યે જ સજાગ રહેવાનું છે. અંદર અને બહાર હં અને સઃ આ બે અક્ષરો જ્યારે લય પામે છે, ત્યારે જે શાંત સ્તબ્ધ અવસ્થા ઉદભવે છે, એ જ સહજ કુંભક છે. જેમ જેમ આપણે હંસ મંત્રનો અભ્યાસ કરતા જઈશું તેમ તેમ શ્વાસ સ્તંભનનો સમય આપોઆપ વિસ્તાર પામતો જશે.

કુંભકનો વિસ્તાર સહજ રીતે થાય છે (સમય ગાળો સહજ રીતે વધે છે). જ્યાં સુધી શ્વાસ નિશ્ચલ-સ્તંભીત રહે છે ત્યાં સુધી આપણને આત્માની અનુભૂતિ થાય છે. આ જ સમાધી અવસ્થા છે. ત્યાંથી જ પરમાનંદનો ઉદભવ થાય છે.

હંસ મંત્ર જપવાનો હેતુ, આ સ્થિતિ કે જેમાં શ્વાસ લય પામે છે તે પ્રાપ્ત કરવાનો છે. આને જ સહજ સ્થિતિ કહેવાય છે કે જેમાં કુંભક પોતાની મેળાયે, આપો આપ થાય છે. આ જ સહજ યોગ છે. આ જ **સિધ્ધ યોગ** છે. આ **સર્વોત્કૃષ્ટ** છે. આ યોગ અતી બુધ્ધિમાન મનુષ્યને માટે જ છે. કારણ કે ખૂબ જ સરળ હોવા છતાં પણ જેનામાં ઉતમ સમજદારી હોય તે જ તેને પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

રંગનાથ મહારાજ નામે એક મહાન સંત થઈ ગયા. તેમનું કથન છે કે તેમાં (આત્મામાં) લીન થવાનું કળા કૌશલ્ય દરેક જણ ન શીખી શકે. તે ખૂબ જ સહેલું છે, તો પણ દરેકને સહજ અને તત્ક્ષણ (તે જ ક્ષણે) અનાયાસ રીતે (વગર પ્રયાસે) આત્મલીન કેવી રીતે થવું તે સમજાતું નથી. તેઓ વધુમાં કહે છે કે માત્ર જેની પર ગુરુની કૃપા થઈ હોય તે જ આ યુક્તિને પામીને સંસાર પાસનું (બંધનનું) છેદન કરી શકે છે. એનો અર્થ એ નથી કે સાધકે કલાક-બે કલાક બેસીને કુંભક કરવો; જેથી આત્માની પ્રાપ્તિ થાય. **માત્ર એકાદ ક્ષણ કુંભકની પ્રાપ્તિ પણ પૂરતી છે.**

શાસ્ત્રકારોએ શ્વાસ થંભી જવાની એ શાન્ત ક્ષણનું મુલ્ય આંક્યુ છે. તેમણે કહયું છે કે એકવાર મંત્ર જપવો એ એક લાખ વખત ભગવાનનું નામ ગાવા (બોલવા) બરાબર છે. પરંતુ જે શાન્ત સ્થિતિમાં, એકાદ ક્ષણ પણ ધ્યાનમાં લીન-સ્થિર થાય છે. તે એક લાખ વાર મંત્ર જપવા બરાબર છે. આ સ્થાન અસીમ શાન્ત છે. તેમાં કોઈ વિચાર, કલ્પના કે ભાવ હોતો નથી. તે

સંપૂર્ણ નિરાકાર અને સંજ્ઞાહીન સ્થાન છે. આ સ્થિતિમાં કોઈ દુખ, કોઈ સુખ, જડત્વ અથવા અજ્ઞાન પ્રવર્તતું નથી. આ જ સર્વોચ્ચ સત્યની સ્થિતિ છે. તેને તુરીયાવસ્થા કહેવાય. આ સર્વોતમ સ્થિતિ છે, પરમ યોગ છે. જે ક્ષણે લયની સ્થિતિ આવે છે તે જ ક્ષણે સહજ કુંભક થાય છે. જે ક્ષણે "હં" બહાર નીકળીને "સઃ" થઈને હજી ઉઠયો નથી, તે જ સાચો મંત્ર છે. **આ અક્ષરો – હં અને સઃ – મંત્ર નથી પરંતુ આ બે અક્ષરોનું લય સ્થાન એ જ સાચો મંત્ર છે.**

(મંત્ર આખરે તો એક વિધિ છે, યુક્તિ છે. યુક્તિ વડે (વિધિ વડે) આપણે મંત્રનુ રહસ્ય પામવાનું છે. જો સતર્કતા રાખવામાં આવે નહી તો એ જ યુક્તિથી આપણે છેતરાઈ જાશું. માટે આ સ્પષ્ટતાને ગહેરાઈથી સમજીએ, કે હં અને સઃ એ વર્ણાત્મક અક્ષરો છે. પણ તેનું મૂળ કે જે ધ્વનાત્મક અનાહત નાદ છે તે સહજ કુંભકના ક્ષણે થાય છે તે જ સાચો મંત્ર છે. કે જે ઈશ્વર બોલે છે. તેને નાદબ્રહ્મ પણ કહેવામાં આવે છે. તે સૂરતા વડે સંભળાય છે. તે સાંભળવા માટે કર્ણની જરુર નથી. એટલા માટે તેને ઈન્દ્રિયાતિત પણ કહેવાય છ.)

એટલા માટે કેટલીક વખત લોકોના (સાધકના) મનમાં ગુંચવાડો ઉભો થાય છે કે **હંસ** મંત્ર જપવો કે **સોહં** મંત્ર જપવો. પરંતુ આવી શંકા અસ્થાને છે. કારણ કે **હંસ** એ જ **સોહ** અને **સોહં** એ જ **હંસ** છે. આ બે અક્ષરોમાં કોઈ તફાવત નથી. અથવા તો તેમના અર્થમાં પણ ભેદ નથી.

માત્ર અક્ષરો ઉલટાવેલા છે. **હંસો** એટલે હું તે છું એવો અર્થ થાય છે. અને **સોહં** એટલે તે હું છું એવો અર્થ થાય છે. તો તેમાં કોઈ તફાવત નથી. સાધકને જે ગમે તે મંત્રનો અથવા તો ગુરુએ જે મંત્ર સાધકને આપ્યો હોય તેનો ઉપયોગ કરી સકાય છે. **હંસ મંત્ર માટે શ્વાસ અંદર લેતા હું અને બહાર કાઢતા સઃ નો ઉપયોગ કરવો.**

મુખ્ય અગત્યની વસ્તુ તો એ છે કે – આ બે અક્ષરો જ્યાં ઉદભવે છે અને લય પામે છે તે સ્થાનનો (સાધકને-તમને-આપણન) પરીચય થશે. (પરીચય મેળવવાનો છે.) **આ છે ઈશ્વરત્વ પામવાની સ્થિતિ. અને આ દિવ્ય અવસ્થામાં પહોચવા માટે જ આપણે આ બે અક્ષરોની સહાય લઈએ છીએ.** (હંસ મંત્ર રુપી નાવમા બેસીને સામે કાંઠે પહોચવું. – એટલે કે સહજ કુંભક કે જ્યાં સતત અનાહત નાદ ગુંજી-ગાજી રહયો છે ત્યાં પહોચવું.)

આ બે અક્ષરો વચેની લય અવસ્થા પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી મંત્ર જાપ કર્યા કરવો. પરંતુ ભૂલવું નહી કે મંત્ર જાપનો ખરો ઉદ્દેશ કે સાચું લક્ષ આ અવસ્થાની પ્રાપ્તિ છે. (કે જ્યાં બન્ને અક્ષરો લય પામે છે. સહજ કુંભક અવસ્થા. – કે જ્યાં અનાહત નાદ ચાલી રહયો છે. તે મંત્ર ઈશ્વર જપે છે, અને સૂરતા સાંભળે છે. એને અજપા-જાપ કહેવાય છે.)

બ્રહ્માનંદ સ્વામીએ તેની વાણીમા કહયુ છે કે,

૧. મૂળ વચન મહેશ્વરા, મૂળ વચનમાં વસે છે ગુણેશા.
એવા મૂળ વચન કરી લ્યો પાકા-જપી જાપ અખંડ અજપા.
૨. એમાં ઓહંગ ને સોહંગ હાલે છે બે શ્વાસા.
બને મળીને એક જ્યોત પ્રકાશા.
૩. તેમાં ડાબી છે ઈંગલા અને જમણી છે પીંગળા.
વચ્ચે સહેજ સુખમણાના વાસા.
૪. તેમા પવન પસારો તો, મન, પવન ને બ્રહ્મ,
એક જ ઘર આવાસા.
૫. દાસને ગુરુ મળ્યા તો બતલાયા બ્રહ્મ ઉપદેશા.

ઉપરોક્ત વાણીમાં કહેવાનો અર્થ સમજીએ તો, મૂળ વચન એટલે કે અંતર સ્પંદન – કે જે બધા નાદોનું મૂળ છે. તે નાદને પ્રણવ નાદ કહેવાય છે. તેનો વર્ણાત્મક અક્ષર ૐ (ઓહંગ) છે. ૐ ઈશ્વર વાચક શબ્દ છે. એ ૐ (પ્રણવ) ને મૂળ વચન કહે છે, તે મૂળ વચન, (ચેતન – આત્મા) માં વસે છે. ગુણેશા એટલે ઈશ્વર અને તેની ત્રીગુણી શક્તિ પ્રણવનાદમાં સમાયેલ છે. પ્રણવનાદ એટલે આત્માનો અવાજ (રણુકાર), જ્યારે સ્ફૂરે છે ત્યારે સૌ પ્રથમ તેમાથી એક સાથે ત્રણ શક્તિઓ (ત્રણ ગુણો) નું પ્રાગટય થાય છે.

૧. સર્જન શક્તિ – બ્રહ્મા
૨. જ્ઞાન શક્તિ – વિષ્ણું
૩. ગતિ શક્તિ – મહેશ

એટલે મૂળ વચનમાં શિવ અને તેની ત્રણે શક્તિઓનો સમાવેશ થઈ જાય છે. તે મૂળ વચનને પાકું કરી લેવું એટલે ગુરુએ આપેલ મંત્રજાપ તેમણે બતાવેલી રીત પ્રમાણે કરતાં કરતાં જ્યારે અનાહતનાદ સંભળાવા માંડે ત્યારે તેમાં ધ્યાન કરતાં કરતાં (સૂરતા વડે); જ્યારે સૂરતા શબ્દમાં (નાદમા) સમાય જાય કે તેની સાથે એક રુપ થઈ જાય ત્યારે ધ્યાન પાક્યું કહેવાય અને આમ સૂરતા શબ્દ એક રુપ થાય છે ત્યારે આપણી અંદર જે નાદ સંભળાય છે તેને મૂળ વચન, પ્રણવનાદ કે અખંડ અજપો કહેવાય.

આમ સૌ **પ્રથમ સ્મરણ કરવું** જોઈએ કે જેમાં મન વડે મંત્રનુ **શ્વાસોચ્છવાસ વડે રટણ** કરવામાં આવે છે. તેને **નામ સ્મરણ** કહેવાય.

એમ કરતાં કરતાં જ્યારે અનાહતનાદ ચાલુ થાય ત્યારે સૂરતા વડે તે **નાદને** માત્ર સાંભળવો રહે છે. તેને ભજન એટલે કે ભજવું **નહી** પણ માત્ર સૂરતા વડે **નાદ** સાંભળવામાં ધ્યાન રાખવું તેને **અજપા જાપ** કહેવાય છે.

હવે જ્યારે એ **ભજન પાકે** એટલે કે જ્યારે આપણી અંદર કોઈપણ જાતના પ્રયાસ વગર સૂરતા શબ્દ એક સ્વરુપ થઈને પ્રણવનાદ પોતાની મેળાએ સતત, એકધારો, અખંડરુપે અનુભવવામાં આવે ત્યારે ભજન પાક્યું કહેવાય. તેને **સહજ સમાધિ** કહેવાય.

ત્યારે એ સ્થિતિને **મૂળ વચન પાકી ગયું** કહેવાય. આમ ત્રણ તબક્કે લેશન પાકું થાય છે.

૧. નામ (મંત્ર) – સ્મરણ

૨. સૂરતા – શબ્દનું ધ્યાન

૩. સૂરતા – શબ્દ એક થવું (સમાધિ)

અંખડ ભજન (સહજ સમાધિ)

આમ તે વાણીમાં કહેલું છે કે **ઓહંગ-સોહંગ બે શ્વાસા અને બને મળીને જ્યોતના પ્રકાશા** તથા **ડાબી ઈંગળા અને જમણી પીંગળા અને વચ્ચે સહજ સુક્ષ્મણા** અને તેમાં **પવન પ્રસારવો** એ બધું શું છે અને કેમ કરવું તે અનુભવી આત્મપુરુષ પાસેથી જાણી લઈને તેણે બતાવેલી રીત પ્રમાણે **સ્મરણ - ધ્યાન અને ભજન**ને ક્રમસર પાકા કરી લેવા અને પોતાનું મૂળ સ્વરુપ એવું આત્માસ્વરુપ કે બ્રહમસ્વરુપને પામીને કાયમ બ્રહમદશામાં રહીને કાયમના સુખ-શાંતિને આનંદમાં રહીને જ્યારે શરીર છૂટે ત્યારે અંત કાળે નિર્વાણ પદને પામીને મોક્ષ મેળવી લેવો. એ જ મનુષ્ય જીવનનો સર્વોતમ હેતુ છે. એવું સમજાય છે.

સાધનાનો માર્ગ કઠિન છે એવું કહેવામાં આવતું હોય છે. કેમ કે આપણો અહંકાર (અજ્ઞાન) વિઘ્નો પેદા કરે છે. માટે જ ગુરુ-શિષ્યની પરંપરા મહત્વ ધરાવે છે. આપણે જોઈ ગયા કે સદગુરુ દેવની કૃપાના ગુણગાન ગાવામાં આવે છે. એ યોગ્ય જ છે. જેમ કે યોગીઓ યોગનો અભ્યાસ કરે છે. પતંજલિ યોગમાં આઠ પગથિયાંમા સાધના કરવામાં આવે છે. એક પગથિયા પરથી બીજા પગથિયા પર જવું. તેના માટે જે શ્રમ કરીએ તેને સાધના કહે છે. આ રીતે આઠ તબક્કામાં સાધના કરવાની હોય છે. સાધક માટે માર્ગ નવો છે, અજાણ્યો છે. તબક્કો પૂરો થયો કે નહી તેના કોઈ માપદંડની જાણકારી પણ નથી. સાધના દરમ્યાન શાંતિ અનુભવાતી હોઈ સારું તો લાગે છે. એટલા માટે સાધક તેને (વિધિને) કર્યા જ કરે છે. આગળનો તબક્કો ક્યારે ચાલુ કરવો તેનું માર્ગદર્શન કોણ આપે? જાણકાર જ આપી શકે છે. અહી જ ગુરુની જરુર પડે છે. જેને ગુરુ-શિષ્યની પરંપરામાં ગુરુની કૃપા કહે છે. અને તેના ગુણગાન ગાવામાં આવે છે. આ વિષયની જાણકારી હવે મેળવીએ અને આગળની યાત્રા કરીએ.

૧૧.૧ અષ્ટાવક્ર – જનક સંવાદ

એક વખત જનક રાજા નદીને કિનારે બેસીને એકદમ ઊંચે અવાજે **સોહં** નો જાપ કરી રહયા હતા. તેવામાં અષ્ટાવક્ર નામના ઋષિ ત્યાંથી પસાર થઈ રહયા હતા. તેઓ મહાન સાક્ષાત્કારી સત્યવેતા હતા. જનકને જોઈને તેમને આશ્ચર્ય થયું. તેમને ખબર હતી કે જનક એક મહાપુરુષ છે. તેઓ વિદેહી જનક તરીકે જાણીતા હતા. એટલે કે જે શરીરભાવથી પર પહોચ્યા હોય તેવા પુરુષ હતા. તેઓ પોતાનો રાજ્ય વહીવટ સંભાળતા હોવા છતાં પણ તેમનો શરીર સાથે તાદાત્મ્ય ભાવ હતો નહી.

તેથી અષ્ટાવક્રને નવાઈ લાગી કે જનક શા માટે આમ મોટેથી સોહંગ-સોહંગ જપે છે. મહાપુરુષો આધ્યાત્મિક વ્યાખ્યાન ધ્વારા જ ઉપદેશ આપતા નથી. તેઓ તેમની ઈચ્છા મુજબ ઉપદેશ આપે છે. અને તેઓ તથ્ય સમજવા માટે સૂક્ષ્મ રીતોનો ઉપયોગ પણ કરતા હોય છે. અષ્ટાવક્ર જનકને જોઈને જરા વિચારમાં પડયા કે આમને કઈ રીતે સમજાવવા. પછી તેમને એક વિચાર સ્ફૂર્યો. તેઓ નીચે બેસી ગયા.

તેમના એક હાથમાં કમંડળ હતું અને બીજા હાથમાં યોગ દંડ હતો કે જેના ઊપર હાથ મૂકી યોગીઓ ધ્યાન કરતા હોય છે. પછી તેઓ મોટેથી બોલવા લાગ્યા કે આ મારું કમંડળ છે. આ મારો યોગ દંડ છે. આ જોઈને રાજા વધુ જોરથી મંત્ર રટવા લાગ્યા. તે ઋષિ પણ તેનાથી વધુ જોરથી એમનો મંત્ર ઉચ્ચારવા લાગ્યા. થોડી વારમાં રાજા જનક કંટાળી ગયા. તેમણે આંખો ખોલી અને કહયું અરે ભાઈ તું શું કરે છે? તો અષ્ટાવક્રે સામેથી પૂછયું કે તો તમે શું કરી રહયા છો?

તો જનક બોલ્યા કે હું સોહંગ મંત્ર જપુ છું. અષ્ટાવક્રે કહયું કે હું પણ મારો મંત્ર જપી રહયો છું. કે આ મારું કમંડળ છે અને આ મારો યોગ દંડ છે. એમ જપું છું. રાજા જનક બોલ્યા કે તારું ભેજું તો ગુમ થયું નથી ને? કોણ કહે છે કે આ કમંડળ અને દંડ તારા નથી? તેને માટે આટલા ઘાંટા શા માટે પાડવા પડે છે? ઋષિએ જવાબ આપતા કહયું મને લાગે છે કે તમારામાં સમજ શક્તિનો અભાવ છે.

તમને કોણે કહયું કે તે તું નથી? **હું તે છું.** તે માટે તમારે આટલા ઘાંટા પાડવાની શી જરૂર છે? જ્યારે જનકે આ સાંભળ્યું કે તરત જ તેમને સત્યનું ભાન થયું કે પોતે તે જ છે. તેમને સમજ પડી ગઈ કે તેમણે હવે સોહંગ જપવાની જરૂર નથી. માત્ર તેની સમજ હોવા જરુરી છે.

આપણે પણ આ જ તથ્ય સમજવાની જરુર છે. હંસ એ માત્ર રટણ કરવાનો મંત્ર નથી પણ આપણા અંતરમાં જે મંત્ર સતત ચાલી રહયો છે તેના પ્રત્યે (મંત્રના લક્ષ્ય પ્રત્યે) જે સ્થાનમાંથી અક્ષરો ઉદભવે છે અને લય પામે છે તે સ્થાનમાં ઉદભવી રહેલ સ્પંદનો (અનાહત નાદ) પ્રત્યે આપણે જાગૃતતા કેળવીને તે સભાનતામાં સ્થિત થઈ જવાનું છે. આપણી પોતાની જાતનું ધ્યાન કરવું એનો આ જ અર્થ થાય છે. એટલે કે આ જ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવી.

૧૨.૧ ધ્યાન

લોકો વારંવાર ધ્યાન વિષે વાતો કરે છે. અને ધ્યાન શિખવા માટે વિવિધ પ્રક્રિયાઓ શિખે છે. ધ્યાન કેવી રીતે કરવું એ શિખવા માટે અનેક કષ્ટો સહે છે અને જ્યારે તેમાં સફળતા ન મળે ત્યારે મનમા અનેક શંકાઓ ઊઠે છે. તેથી પહેલા ધ્યાન એટલે શું? એ સમજવું જોઈએ. સાચું ધ્યાન એટલે સંપૂર્ણ વિચાર રહિત સ્થિતિ.

મહર્ષિ પતંજલિએ તેમના યોગ સૂત્રોમાં ધ્યાનના વિષયમાં લખ્યું છે :

યોગ ચિતવૃતિ નિરોધ ।

એટલે કે મનની વૃતિનો નિરોધ કરવો, મનને શાંત કરવું તે યોગ. ધ્યાન એટલે મનમા અમુક વસ્તુની ધારણા કરવી એમ નથી. સાધક જો એવું માને તો તે ધ્યાન વિષે ગેરસમજ પેદા કરીને વિઘ્ન પેદા કરે છે. ધ્યાન સહજ થવું જોઈએ. જે સ્થાને પ્રાણ બહાર જઈને લય પામે છે. અને અપાન અંદર આવીને લય પામે છે તે સ્થાન કે જ્યાં કોઈ વિચાર કે પદાર્થની હસ્તી ન રહે તે સ્થાનને પ્રાપ્ત કરવું એ સાચું ધ્યાન છે. આ જ સહજ અને ઉચ્ચ ધ્યાન છે.

જ્ઞાનેશ્વર મહારાજે કહ્યું છે કે **ધ્યાનનો અર્થ કંઇ ન કરવું એ છે.** આનો અર્થ એ નથી કે આપણે આળશુ બનીને મન ફાવે તેમ પડયા રહેવું. કંઈ ન કરવું. એટલે ધ્યાનમાં કોઈ વસ્તુ કે પદાર્થનું ચિંતન ન કરવું. કેટલાક એમ પણ કહેતા હોય છે કે ધ્યાનમાં તેમને કંઇ દૃશ્ય દેખાતું નથી અને તેમને કંઇ થાતું નથી. તેઓ કહે છે કે કોઈ જ્વાળા, રંગ કે જ્યોતિનું દર્શન થયું નહી. પરંતુ કંઈ થયું નહી એ જ ધ્યાનની સાચી સ્થિતિ છે. ખરી રાતે જોતા સાધક જો ધ્યાનમાં કંઇ પણ જોશે તો એ ધ્યાન તેના જાગૃતિક મનનું ધ્યાન કહેવાશે. માત્ર મનની શાંત સ્થિતિ જેમાં કોઈ વિચાર, કલ્પના, કે તરંગ ઊઠે નહી એ જ સાચું ધ્યાન કહેવાય.

માટે જ **હંસ** એ સ્વાભાવિક ધ્યાન છે. પરમ જ્ઞાન છે. તે કોઈ ધર્મ નથી કે નથી કોઈ સંપ્રદાય. તે હિંદૂ અથવા ખ્રિસ્તી કે ઈસ્લામ નથી. તે જો કોઈ વાદ અથવા મત કે જાત હોય તો અહં ચેતના અથવા આપણા પોતાના આત્માનો વાદ છે. તે સ્વયંભૂ અને પૂર્ણ સત્ય છે. સિધ્ધ જનોએ પણ કહયું છે કે **હંસ જ્ઞાન**થી ચડિયાતું બીજુ કોઈ જ્ઞાન નથી. અજપા જાપથી બીજો કોઈ મોટો જપ નથી. અને **હં** અને **સઃ** ના મિલન જેવી બીજી કોઈ પૂજા નથી... એટલે કે –

૧. સૂરતાથી માત્ર આંતરનાદ સાંભળવો એ જ ધ્યાન છે.

૨. જે નાદ છે એ જ બ્રહ્મ છે એ સાચું જ્ઞાન છે. અને

૩. હું તે છું એમ સ્વીકારીને તે સ્થિતિ કેળવવી અને પોતાના સ્વરુપ આત્માંમા સ્થિત થવું, તે લક્ષ્ય છે.

દિલ્હીમાં સુંદરદાસ નામના અક મહાન સંત થઈ ગયા. તેમણે કહયું છે કે ...

શ્વાસો શ્વાસ રાત દિન સોહંગ સોહંગ હોઈ જાય ।
યહી માલા વારંવાર દઢ કે ધરતુ હૈ ॥
એક હી અખંડ જાપ તાપ કું હરતું હૈ ।
કાઠ કી રુદ્રાક્ષ કી રૂ સૂતહૂ કી માલા ॥
ઔર ઈનકે ફિરાયે કછુ કારજ સરતૂ હૈ ॥

એટલે કે રાત દિવસ શ્વાસ સોહંગ સોહંગ જપતો જપતો અંદર જઈને બહાર આવે છે. તેને નિરંતર પ્રાણરુપી માળા સાથે જપો. પણ લાકડાના મણકાનો ઉપયોગ કરવાથી શું પ્રાપ્ત થશે? સતત એકધારો જપ કરશો તો અનેક પ્રકારના દુઃખ, સંતાપો શાંત થશે. સુંદરદાસ આગળ કહે છે કે ...

સુંદર કહત તા તે આત્મા ચૈતન્ય રુપ ।
આપકો ભજન સો તો આપ હી કરતું હૈ ॥

સુંદરદાસ કહે છે કે તારો આત્મા ચૈતન્યરુપ છે અને પોતે જ પોતાનું ભજન (પૂજા) કરે છે.

લોકોને પોત-પોતાની આગવી રુચિ હોય છે. અને તે પ્રમાણે તેઓ જુદા જુદા દેવ દેવીઓની પૂજા કરતા હોય છે. પરંતુ સાચી પૂજા તો અંદર જતા **"હં"** અને બહાર આવતા **"સઃ"** પ્રાણ મંત્રની છે. આ મંત્ર સૌ કોઈ સમાન પણે રટે છે. (રટણ કરે છે.) સાધક કોઈ પણ દેશનો વાસી હોય અથવા તો તે કોઈ પણ ધર્મ પાળતો હોય. પણ આ હું તે છું નો સહજ ભાવ હમેશા તેની અંદર વિધમાન (હાજર) છે.

વિવિધ દર્શન શાસ્ત્રોના મંત્રોના અક્ષર જુદા જુદા હોઈ શકે છે અને લોકો પણ અક્ષરોના ધ્વનિ વિવિધ રુપે સાંભળી શકે છે. સૂફીજનો **યા હું** એવો અવાજ (ધ્વનિ) સાંભળે છે. અને તિબેટના બૌધ્ધજનો **હુંગ સો** એવો ધ્વનિ સાંભળે છે. પરંતુ ખરેખર આ બધા ધ્વનિઓ, આ એક

જ મંત્ર છે. કારણ આ મંત્ર **દેહાતિત-ઈન્દ્રિયાતિત અને અંતઃચતુષ્ટકરણાતિત** છે. તે તો પરાવાણીના ગહન ઊંડાણમાંથી માણસ-શ્વાસની સાથે જ સહજ રીતે પ્રગટ થાય છે.

શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ સાથે **હં** અને **સઃ** શબ્દો જોડીને આ જે સહજ અજપા જપ કોઈ કરી રહયો છે અને આમ સહજ પ્રાણાયમ કરે છે તે જ સાચો યોગી પોતાની જાતને ઈશ્વરની સમીપ લઈ જાય છે. અને પોતાને જેનાથી વિખુટો પડી ગયો છ તે આત્મા સાથે પોતાની જાતને સંલગ્ન કરે છે. કેટલાક લોકો થોડા અમથા આસનો અને પ્રાણાયમો કરે છે અને પોતાને યોગી કહેવડાવે છે. પણ તેઓ સાચા યોગી નથી.

સાચો યોગી તો એ જ છે કે જે **હંસ** મંત્રની સાથે **હું તે જ છું** એવી જાતની સભાનતા સાથે આત્મ સ્થિત રહે છે. સંત જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ કહે છે કે યોગીરાજ **“હં”** અને **“સઃ”** ના મધ્ય સ્થાનનો આશ્રય લે છે. એક વખત મનુષ્ય આ અવસ્થાને (પ્રાપ્ત કરે છે) પ્રાપ્ત થાય છે પછી કોઈ પણ પ્રકારની પ્રવૃતિ કરતો હોય છતાં તેની ધ્યાનમય સ્થિતિ તે મધ્ય સ્થાનમાં આપો આપ સતત ચાલુ રહે છે. (એટલે કે તેની સૂરતા પોતાની મેળાએ સતત એકધારી અખંડ નાદા અનુસંધાન કરીને બ્રહ્માકાર રુપે રહે છે.)

સંત કબીર કહે છે કે ...

સોહંગ અજપા જાપ છુટે પૂણ્ય ઔર પાપ ।

અજપા જાપ સોહંગ સર્વે પાપ-પૂણ્યનો નાશ કરે છે. (એટલે કે બંધનમાંથી છોડાવે છે.) સોહંગ ભાવને **અહં બ્રહ્માસ્મિ** અથવા તો **તત્વમસિ** બોધ પણ કહે છે. (એમ ઉપનિષદોમાં પણ કહેવામાં આવ્યું છે.) આ છે પરમ તત્વની સાથેના મનુષ્યના-સાધકના તાદાત્મ ભાવની સમજ. અને આ સમજમાં સંચિત કર્મો અને પૂર્વ સંસ્કારોની નાશ કરવાની શક્તિ છે. એ માત્ર લાખો પાપોની અસર નાબૂદ કરે છે એટલું જ નહી પૂણ્ય કર્મો ધ્વારા ઉદભવ પામતા સારા બંધનો પણ કાપી નાખે છે.

મોટા ભાગના લોકો તેના દુષ્કૃત્યોની અસરમાંથી મુક્ત થવાની ઈચ્છા રાખે છે. પરંતુ તેમને ખબર નથી હોતી કે સુકૃત્યો પણ દુષ્કૃત્યોની માફક બંધન કરતાં હોય છે. આપણા પાપો આપણને લોખંડની બેડીમાં બાંધશે, જ્યારે પૂણ્યો સોનાની જંજીરથી બાંધશે. આ બે વચ્ચે માત્ર આટલો જ તફાવત છે. આપણને મુક્તિની જરુર હોય તો પાપ અને પૂણ્ય બનેનો નાશ થવો જોઈએ. અને **સોહં** મંત્રનો બોધ જ્યારે સાધકને-આપણને પ્રાપ્ત થાય છે, ત્યારે આમ બને છે. આપણા ધ્વંધ્વોનો નાશ થઈને જન્મ મરણના ચક્રમાંથી આપણે મુક્ત થઈએ છીએ. (સતત અભ્યાસ કરવાથી), **સોહં** મંત્રનો બોધ પ્રાપ્ત થવો એટલે **હસ** મંત્રનો શ્વાસોચ્છવાસ સાથે જાપ

કરતાં કરતાં પ્રાણ, અપાનના મધ્ય સ્થાને સૂરતા ઠેરાતા અનાહતનાદ વગર કાને સંભળાવાનું ચાલુ થાય છે. તે સ્થિતિને **સોહ** મંત્રનો બોધ પ્રાપ્ત થયો કહેવાય.

જ્યાં સુધી મનુષ્યમાં ધ્વૈતની લાગણી છે. એક મનુષ્ય બીજાથી ભિન્ન છે. એક જાતિ બીજીથી ભિન્ન છે. એવા ભાવના છે ત્યાં સુધી મનુષ્યને સાચા સુખનો અનુભવ થશે નહી. સર્વ ભય, સર્વ દુખ, અને સર્વ પાપનું મૂળ આ ભેદવૃતિ છે.

પરંતુ હંસમંત્રના જાપથી સમાનતાનો ભાવ સહજ રીતે જાગૃત થાય છે. મન અને પ્રાણની વચ્ચે ગાઢ સંબંધ છે. કારણ કે પ્રાણની ગતિને લીધે જ મનની અંદર અસંખ્ય સૃષ્ટિઓ ઉદય અને અસ્ત પામે છે. જ્યારે પ્રાણ અસમાન હોય છે ત્યારે મન ક્ષુબ્ધ થાય છે. અને ધ્વૈતભાવ જાગે છે. જેમ જેમ શ્વાસ ઉચ્છવાસ સમાન થવા માંડે છે તેમ તેમ મન પણ આપોઆપ શાંત થઈ જાય છે.

સામાન્ય રીતે લોકો ઘણીવાર ઝડપથી શ્વાસ લે છે. અને તેમનો ઉચ્છવાસ લાંબા અંતર સુધી બહાર ધકેલાય છે. આ છે બાહયમુખી મનની નિશાની. જેમ જેમ મંત્ર અંદરના ઊંડાણમાં ઉતરતો જાય છે તેમ તેમ શ્વાસ ધીમો પડતો જાય છે અને ઉચ્વાસ ટૂંકો થતો જાય છે. શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ જ્યારે સમાન બને છે ત્યારે મન અને ઈન્દ્રિયો અંતરમુખ થઈ આત્માની તરફ વળે છે.

હઠયોગીઓ અનેક પકારના પ્રાણાયમો કરે છે. તેનો ઉધ્દેશ શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ વચ્ચેના સમયની સમતુલા જાળવવાનો હોય છે. કારણ આ સમતુલા મનને શાંત કરે છે. અને મનુષ્યને સમદૃષ્ટિ બક્ષે છે. હંસ મંત્રના અભ્યાસથી આ ઘણું જ સહેલાઈથી અને સ્વાભાવિક રીતે સહજતાથી બને છે.

જેમ જેમ સાધક હંસ મંત્ર પ્રત્યે જાગૃત બનશે તેમ તેમ સહજ રીતે જ શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ સમાન અંતર અને સરખા અંતર અને સરખા સમય સુધી આવ-જા કરતો થાય છે. અને શ્વાસ **સહજ રીતે થંભી** જાય છે. (કુંભકની અવસ્થા સમજવી) આ શાંત સ્તબ્ધ અવસ્થામાં જ્યાં પ્રાણ લય પામે છે ત્યાં ધ્વૈતભાવ અદૃષ્ય થઈ જાય છે. અને સર્વ સમાન એવી ભાવના ઉદભવે છે. જ્ઞાનેશ્વર મહારાજે કહ્યું છે કે ...

તૈ શરીર ભાવ નાશતિ ।

ઈન્દ્રિયે વિષય વિસતતિ ॥

જૈ સોહંગ ભાવ પ્રતીતિ પ્રગટ હોયે ॥

એટલે કે જ્યારે સોહંગ ભાવની પ્રતીતિ થશે ત્યારે શરીરભાવ લય પામશે અને ઈન્દ્રિયોની વિષયોની વિસ્મૃતિ થશે. અને ત્યારે શિવ અને શક્તિનું મિલન સાધકના અંતરમાં જ અનુભવાશે. અંતર બાહ્ય બધુ એકરુપ થશે (બનશે). તેવો અહેસાસ થશે.

"હું" અક્ષર જે અપાન વાયુ સાથે અંદર પ્રવેશે છે તે આત્માનો **બીજ મંત્ર** છે. આપણે જાણીએ કે નહી તો પણ આપણને હંમેશા આ અક્ષરની પ્રતીતિ થતી હોય છે. આપણે હંમેશા કહેતા હોઈએ છીએ કે – **"હું"** – સાચું પછી તો આપણે **હંસ** સાથે તદાકાર થયેલા જ છીએ. તે જ આપણી માનવતા છે. જીવાત્મા જે પોતાને હું તરીકે અનુભવે છે તે ખરેખર પરમાત્મા જ છે. આપણને માત્ર પહેલા અક્ષરની જ પ્રતીતિ થાય છે. તેથી આપણે બીજા અક્ષરના ભાવને ભૂલી ગયા છીએ. અને "તે છું" ભાવ પણ આપણામાંથી અદૃશ્ય થઈ ગયો છે.

અને આ "તે છું" નો ભાવ જે આત્માનો બોધ છે તે ચાલ્યો જવાથી આપણે આપણાં-(પોતાના) સાચા સ્વરુપને ભૂલીને આપણો અહમ બીજી વસ્તુ સાથે જોડીએ છીએ. આપણે હવે હું પુરુષ છું, હું સ્ત્રી છું, હું ઓફીસર છું, હું રિપબ્લિકન છું, હું ધનવાન છું, હું ગરીબ છું, વગેરે વગેરે. એવું કહીએ છીએ. પછી કહેવાનું શરુ કરીએ છીએ કે મારો પતિ, મારી પત્ની, મારી બિલાડી, મારી ફેક્ટરી, મારું મકાન, મારું શરીર, વગેરે વગેરે ... . આપણો વિશાળ આત્માનો અહંમ હવે એક નાનો અહંમ (સીમિત) બની જઈને આ શરીર અને ઈન્દ્રિયો સાથે તાદાત્મ્ય સ્થાપે છે.

આમ છતાંય જેવો આપણને બીજા અક્ષર (**સઃ**) નો બોધ થાય અને આપણે સમજીએ કે આપણે તે છીએ તો આપણો **અહં સંગ રહિત થઈને પૂરેપૂરો શુધ્ધ થઈ જશે.** તે સાચો અહં શુધ્ધ અહં – વિમર્શ (જ્ઞાન) બની જશે. સાધારણ અહં બધ્ધતાનો (બંધનનો) ભાવ છે. જ્યારે શુધ્ધ અહં મુક્ત અવસ્થાની પ્રતીતિ છે.

જેમ જેમ પૂર્ણ અહંભાવની સમજ સાથે હંસ મંત્રનો જાપ સાધક (આપણે) કરશે (કરશું), તેમ તેમ આ અનુભૂતિનો તેમની (આપણી) અંદર ઉદય થશે. જ્યારે આ શુધ્ધ અહં પ્રત્યે સાધકમાં-આપણામાં સભાનતા જાગશે ત્યારે સાધકની-આપણી બુધ્ધિ પણ નિર્મળ બનશે અને સાધક (આપણે) પોતાની અંદર વિરાજતા ઈશ્વરના પ્રકાશરુપે દર્શન કરી સકશે (સકશું). આપણે આત્મા છીએ એવું જ્ઞાન સ્વયંભુ આપણા અંતરમા પ્રગટશે. જે ક્ષણે મંત્રમાં રહેલા પરમ તત્વનું આપણને દર્શન થશે કે તરત જ આપણે મુક્ત થઈ જશું. (જેમ સપનામાંથી જાગતાની સાથે જ સપનાના બધા બંધનો છુટી જાય છે તેમ) શુધ્ધ અહંમ, ચેતનાનો મંત્ર, દુનિયાના ધ્વંધ્વોનો નાશ કરે છે.

અને આપણે તથા ઈશ્વર એક જ છીએ એવો અનુભવ કરાવે છે. જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ કહે છે કે જે રીતે પ્રતિબિંબથી લઈ બિંબ સુધી પ્રકાશની પ્રભા સર્વત્ર ફેલાયેલી રહે છે તેવી રીતે આ **સોહંગ** વૃતિ પણ જીવાત્માથી લઈ પરમાત્મા સુધી પહોચેલી હોય છે. જ્યારે મનુષ્યમાં આ **સોહંગભાવ** પૂરેપૂરો ઉતરી જાય છે ત્યારે તે **આપોઆપ પરમાત્મા તત્વમાં વિલિન થઈ જાય** છે.

ઈશ્વરનું જ્ઞાન એ સાચી સમજની વાત છે. **ઈશ્વરની ખોજ માટે આપણે પ્રયત્ન કરવાની જરૂર નથી. કારણ કે ઈશ્વર ન હોય એવું એક પણ સ્થાન નથી.** એ કંઇ પ્રાપ્ત કરવાની વસ્તુ નથી. આપણે માત્ર ઈશ્વર પ્રત્યે સભાનતા કેળવવાની છે.

જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ પૂછે છે કે અમુક પુરુષ તમારો પિતા છે તે સમજવા માટે, “તે મારો પિતા છે”, “તે મારો પિતા છે” એ મંત્ર તમે કેટલી વાર રટશો? તમારી માતા માત્ર એટલું જ કહેશે કે બેટા જો આ તારો પિતા છે અને તમે તરત જ સમજી જશો.

તમારે તે સમજવાનો પ્રયાસ કરવાની કંઈ જરુર પડી? શાસ્ત્રો અને સંતો આવી રીતે માતા તુલ્ય હોય છે અને પરમેશ્વર પિતાનો બોધ આપે છે. જ્યારે તેઓ કહે છે કે તું તે છો. તો તમને તેને જાણતા કેટલી વાર લાગશે?

તેવી જ રીતે હંસ વિજ્ઞાન પણ અનુભવનો વિષય છે. તે સર્વોચ્ચ સાધના છે. કારણ કે **તેમાં અભ્યાસની જરુર નથી. જે અભ્યાસ સ્વયં થઈ રહયો છે તે પ્રત્યે માત્ર જાગૃત થવાની સાધકને જરૂર છે.** આ ખૂબ જ સરળ છે તેમ છતાં પણ આ હંસ યોગમાં બીજા સર્વ યોગોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. કારણ બીજા સર્વ યોગો તેના પર નિર્ભર છે.

ગુરુગીતા કહે છે કે **‘હં બીજ’** એટલે કે **હં – હમ** બીજ છે. આત્માના આ બીજમાં સારીયે સૃષ્ટિ સમાયેલી છે. તે જ પ્રમાણે હંસ મંત્ર સર્વ આધ્યાત્મિક સાધનાનું બીજ છે. જેમ એક સુક્ષ્મ વડલાનાં બીજમાંથી મહાન વડલાનું ઝાડ, થડ, ડાળીઓ, પાંદડા, ફળ, ફૂલ અને હજારો બીજ સહીત ઊગી નીકળે છે તેવી જ રીતે હંસ મંત્રના બીજમાં યોગ, ધ્યાન, જપ અને તપ તથા અનેક પ્રકારની શક્તિઓ રહેલી છે.

અનેક દર્શન શાસ્ત્રો, અનેક પ્રણાલીઓ અને પરંપરાઓ વિધમાન છે. પરંતુ આ બધામાં હં અને સઃ આ બે શબ્દો (અક્ષરો) જ માત્ર આપણી પાસે રાખવા યોગ્ય છે. મહાન સંત સુંદરદાસે કહયું છે કે હંસ મંત્રનો અભ્યાસ આપણે (સાધક) ચાલતા, બેસતા, ભોજન લેતા, નિંદ્રા લેતા કરી સકીએ છીએ. આપણે ગમે તે કરતા હોઈએ તે વખતે પણ તે ચાલુ રહી શકે છે.

મહાન સંત બ્રહમાનંદ કહે છે કે ....

સોહંગ શબ્દો વિચારો સાધો, સોહંગ શબ્દ વિચારો
માલા કરસે ફીરત નહી હૈ, જીભ ન વર્ણ ઉચ્ચારો રે
અજપા જાપ હોત ઘટમાં હી, તારી ઓર નિહારો રે
"હં" અક્ષર સે શ્વાસ ઉઠાવો, "સો" સે શ્વાસ બિડાઓ રે
હંસો ઉલટ હોત હ સોહંગ, યોગી જન નિરધારો રે
સબ ઈક્કીસ હજાર મિલાકર છસો હોત સુમારો રે
અષ્ઠ પ્રહરમે જાગૃત, સોવત મનમે જપો સુમારો રે
જો જન ચિંતન કરત નિરંતર, છોડ જગત વ્યાપારો રે
બ્રહ્માનંદ પરમ પદ પાવે, મીટે જનમ સંસારો ર.

ઉપરોક્ત વાણીમાં બ્રહ્માનંદ સ્વામીનું એમ કહેવાનું થાય છે કે હે સાધુઓ (સાધકો) સોહંગ શબ્દનું ચિંતન કરો. સોહં મંત્રનું જ્ઞાન મેળવો. આ મંત્ર જપવા માટે હાથમાં માળા ફેરવવી પડતી નથી કે નથી જીભથી તેનું ઉચ્ચારણ કરવું પડતું. આ અજપા જપ સતત શરીરમાં થઈ રહયો છે. તેની તરફ તમારું લક્ષ્ય રાખો. "સો" કહીને શ્વાસ બહાર કાઢો અને "હં" થી અંદર લો. યોગીજનો હંસને ઉલટાવી સોહંગ સોહંગ જપે છે. રાત-દિવસ મળી જાગતા સૂતા આપણે ૨૧,૬૦૦ વખત તેને જપીએ છીએ.

જે મનુષ્ય જાગૃતના વહેવાર પ્રત્યેથી સૂરતા ઉઠાવીને સતત અંતરમુખ બનીને આ મંત્રનું ચિંતન કરે છે તે બ્રહ્માનંદના કહેવા મુજબ પરમ પદને પામે છે. અને જન્મ-મરણ રુપી સંસારચક્રમાંથી છૂટી જાય છે.

નામદેવ નામના એક બીજા સંત કહે છે કે ....

નામા મ્હુણે જાના હાઈ રામરુપ ।
અખંડિત જપ સોહંગ – સોહંગ ।।

એટલે કે મન ત્યારે જ રામરુપ થશે જ્યારે સાધક સોહંગ, સોહંગ જપનો અભ્યાસ કરશે. આ મંત્રમા આપણા જીવનનું પરિવર્તન કરવાની શક્તિ છે.

૧૩.૦ સિધ્ધયોગ

૧૩.૧.૧ (વચન સિધ્ધ કરવું)

જેમ જેમ આપણે મંત્ર જાપ કરતા જશું, તેમ તેમ ગુરુકૃપાથી આપણને પ્રતીતિ થશે કે અંતરમાં અહર્નિશ આ મંત્ર ચાલી રહયો છે. અંતરમાં પ્રશુપ્ત (સુશુપ્ત) રહેલી કુંડલીની શક્તિ અનાયાસે જાગૃત થશે.

ઉપનિષદો કહે છે ....

બિભર્તિ કુંડલી શકિરાત્મનં હંસમાશ્રિતા ।
હંસ પ્રાણાશ્રયો નિત્યં પ્રાણાઃ નાડીપયાશ્રય ॥
હંસ વિધામવિજ્ઞાય મુક્તિ યત્નં કની ।
સ નભો ભક્ષણે નૈવ ક્ષુન્નિવૃતિ કટિષ્યતિ ॥

એટલે કે કુંડલીની શક્તિ હંસ મંત્રનો આશ્રય લઈને મંત્રની શક્તિ ધ્વારા કાર્ય કરે છે. આ હંસ આત્માથી ભિન્ન નથી. હંસ-પ્રાણ, શ્વાસ-પ્રશ્વાસનો આશરો લઈને પ્રાણ શક્તિ સાથે વહે છે. અને પ્રાણ શરીરમાં રહેલા નાડી પુંજ (૭૨,૦૦૦ નાડીઓ) ને આશ્રિત રહીને વહે છે. આ હંસ વિધાથી અજાણ રહી મુક્તિ માટે જે પ્રયત્ન કરે છે. તે હવા ખાઈને ભૂખ મટાડવા જેવો પ્રયત્ન કરે છે.

હંસ મંત્રના રટણથી જ્યારે શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ સમતોલ થઈ જાય છે અને પ્રાણ સહજ કુંભક ધ્વારા સ્તંભિત થઈ જાય છે. ત્યારે ઈડા અને પિંગળા નાડીઓ ધ્વારા આવતો જતો પ્રાણ મધ્ય નાડી સુષુમણામાં પ્રવેશ કરે છે. અંતરમાં પ્રસુપ્ત રહેલી કુંડલીની જાગૃત થાય છે અને વિકસવા માંડે છે. પછી સ્વંયભૂ યોગ – સિધ્ધયોગ થવા માંડે છે.

કુંડલીનીનું જાગરણ થતાં જ આપણી આધ્યાત્મિક યાત્રા માટેના પ્રયત્નો પૂરા થાય છે. જ્યાં સુધી કુંડલીની જાગૃત થઈ નથી હોતી ત્યાં સુધી આપણે આપણી સમજ પ્રમાણે સ્વપ્રયત્નથી યોગ કરવા મથીએ છીએ. પરંતુ એક વખત કુંડલીની સહજ રીતે જાગૃત થઈ જાય છે પછી યોગ ઈશ્વરની પ્રેરણાનુસાર થતો રહે છે. દૈનિક જીવનમાં પણ સ્વાભાવિક રીત ચાલુ રહે છે. જેણે સારાય વિશ્વનું સર્જન કર્યું છે એવી કુંડલીની (ચિતિ) શક્તિ જ્યારે એકવાર આપણી

અંદર જાગૃત થાય છે કે તે પૂર્ણ શક્તિથી આપણી અંદર કાર્ય શરુ કરી દે છ. શરીરની અંદર કરોડરજ્જુના છેડે આવેલા મૂલાધાર સ્થાનેથી તે ઊપર ઊઠે છે.

અને ત્યાંથી તેની ઉર્ધ્વયાત્રા શરુ થઈને મસ્તકની અંદર આવેલા ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક કેન્દ્ર જેને સહસ્ત્રાર કહે છે ત્યાં પહોચે છે. શરીરની અંદર જ્યારે તેની યાત્રા ચાલુ હોય છે તે દરમ્યાન તે આવશ્યક્તા અનુસાર યોગિક આસનો અને પ્રાણાયમો સહજ રીતે કરાવે છે. શરીરના રક્ત અને સપ્ત ધાતુઓની શુધ્ધિ કરીને તેને સુદઢ અને વ્યાધિ (રોગ) મુક્ત કરે છે. મનને શાંત અને અંતરમુખ બનાવે છે. ધ્યાન સહજતાથી થાય છે. (તેને સહજ સમાધિની અવસ્થા પણ કહેવાય છે.) અને જ્ઞાન સ્વયં પ્રેરીત થાય છે.

જેમ જેમ કુંડલીની વિકાસ (ઉર્ધ્વગમન) પામતી જાય છે તેમ તેમ આંતર સૃષ્ટિની અનુભૂતિ થવા માંડે છે. બહાર જગતમાં ટેલિવિઝન કે ફીલ્મના પડદા પર ચિત્રો જોઈ સકાય છે. પરંતુ જ્યારે કુંડલીની શક્તિનું કાર્ય અંદર શરુ થાય છે ત્યારે આપણા અંતરપટ ઊપર આંતર દૃશ્યો જોઈ સકાય છે. બહાર આપણે દૂરનાને સાંભળવા માટે ટેલિફોન કે (મોબાઈલ) નો ઉપયોગ કરીએ છીએ. પરંતુ અંતરજગતમાં કુંડલીની શક્તિની પ્રેરણાથી દૂરશ્રવણની પણ પ્રાપ્તિ થાય છે.

હવે યાદ કરીએ, ગીતા એક અદભુત શાસ્ત્ર છે. ધૃતરાષ્ટ્ર આંખથી અંધા છે. તેમની જિજ્ઞાસાથી ગીતાની શરુઆત થાય છે. તેઓ બોલે છે કે “હે સંજય, ધર્મભૂમિ કુરુક્ષેત્રમા એકઠા થયેલા, યુધ્ધની ઈચ્છા વાળા, મારા અને પાંડવના પુત્રોએ શું કર્યુ?” અને સંજય ઘણા દૂર બેસી કરી, કુરુક્ષેત્રમાં શું થઈ રહયું છે, તેની ખબર ધૃતરાષ્ટ્રને દે છે. યોગ હમેશાથી માનતું રહયું છે કે જે આંખો આપણને દેખાઈ પડે છે, કેવળ તે જ આંખો નથી. બીજી પણ આંખો છે મનુષ્યની પાસે, જે સમય અને ક્ષેત્રની સીમાઓ લાંઘી કરીને જોઈ શકે છે. જરૂર સંદેહ થાય છે મનને કે આટલે દૂરથી સંજય કેવી રીતે જોઈ સકતો હશે. દૂર જોવાની અને દૂર સાંભળવાની શક્તિ બહુ નાની શક્તિ છે. અને કોઈ પણ વ્યક્તિ ઇચ્છે તો થોડી જ મહેનતથી – સાધનાથી યોગ ધ્વારા વિકસિત કરી શકે છે. હવે તો મદારીઓ દેખાવા બંધ થઈ ગયા છે. જુના સમયમાં મદારી બાળકને આંખે પાટા બાંધીને કોઈના ખીસામાંથી રુમાલ કાઢીને પૂછતો કે બેટા આ શું છે? તે કહેતો રુમાલ. મદારી આગળ પૂછતો કે કેવા કલરનો છે? તો તે કહેતો કે લાલ કલરનો. આ મદારીના ખેલ સામાન્ય વાત હતી.

દાસાનુ દાસ વિનોદ ખાતર આપણને નથી કહેતા. તેમનો અનુભવ કહે છે. એ ખરેખર આપણી અંદર વિધમાન છે. આપણે જ્યારે આપણી આંતર શક્તિ, આત્મબળ ખોઈ બેસીએ છીએ અને બાહય જગતની સાથે તાદાત્મ્ય સાધી લઈએ છીએ ત્યારે આંતર જગતને ભૂલી જઈએ છીએ. આ આંતરશક્તિ ધ્વારા જ આપણને આપણી અંદર ખરેખર કેવો ભંડાર ભરેલો છે તેનું જ્ઞાન થાય છે.

યોગની દુનિયામાં અનેક પ્રકારની અજાયબીઓ (રહસ્યો) છે. જેમ જેમ કુંડલીની વિકાસ પામતી જાય છે તેમ તેમ અવનવા રંગો અને ચકચકિત અંતર પ્રકાશ દૃષ્ટિગોચર થાય છે. અલૌકિક દિવ્યનાદનું શ્રવણ થાય છે. બહારની દુનિયામાં ક્યાંય સાંભળવા ન મળે એવું સંગીત ગુંજવા માંડે છે તે વગર કાને સંભળાય છે. (એને અતિન્દ્રિય શક્તિઓ કહે છે.) સુક્ષ્મ અમૃતરસનું પાન થાય છે. જે રસ બહારની દુનિયામાં ક્યાંય ચાખવા પણ ન મળે. દિવ્ય સ્વર્ગીય સુંગધ માણી સકાય છે. કુંડલીની શક્તિના આ વિકાસથી જેમ જેમ આંતરમુખ બનીએ તેમ તેમ આપણને આપણી અંદર જ સમગ્ર બ્રહ્માંડનું દર્શન થશે.

શાંત એકલા બેઠા બેઠા અનેક આંતરસૃષ્ટિઓની યાત્રા કરી સકીશું. બાહ્ય સ્તરે આ સૃષ્ટિઓ આપણાથી દૂર છે પરંતુ આપણી અંદર તો તે ઘણી જ પાસે છે. (પીંડે સો બ્રહ્માંડે) જે બ્રહ્માંડમા છે તે આપણી અંદર પણ સુક્ષ્મ રીતે છે. જેમ અત્યારે આપણે સેટેલાઈટની મદદથી દૂરના દેશો કે ગ્રહો પર થઈ રહેલી ક્રિયાઓ-વિગતો, સ્થળો, જંગલો વગેરે ટીવી કે એવા બીજા સાધનો વડે ચાલુ પ્રસારણ જોઈ સકીએ છીએ અને સાંભળી પણ સકીએ છીએ. એવી જ રીતે કુંડલીની શક્તિ જેમ જેમ વિકસિત થતી જાશે તેમ તેમ આપણને – સાધકને આ બધા અનુભવ થાશે. આ હકીકત છે. જેમ જેમ સાધક ધ્યાનમાં ઊંડા ઉતરતા જાશે તેમ તેમ આ વિશ્વો બહુ જ નજીક દેખાશે. આપણી અંદર જ નજીકથી બધું જોઈ સકાશે કે સાંભળી સકાશે એવા અનુભવો થશે. યોગની આ જ તો અદભૂતતા છે. સાધના દરમ્યાન આપણે યાદ રાખીએ કે આપણું- સાધકનું આ પરમ લક્ષ્ય નથી. આપણું પરમ લક્ષ્ય તો આપણા જીવ – ચેતના – આત્માને જાણવો છે. (ધ્યાનમાં)

લોકો સતત જગતમાં સુખની શોધ કરવાના અને ખુશી પ્રાપ્ત કરવાના પ્રયાસો કરે છે. પરંતુ જે આનંદ જોઈએ છે તે તો અંતરમા અસીમિત ભરેલો છે. અને આપણે બહાર ગોત-ગોત કરીએ છીએ. તો કેમ કરીને મળે? આપણી કરોડરજ્જુને મેરુદંડ પણ કહે છે. આપણી કુંડલીની શક્તિ મેરુદંડના મૂળમાંથી જાગૃત થાય છે. તેને જાગૃત કરવા માટે આપણે હંસ મંત્રનુ વલોયું બનાવ્યું છે. તેનાથી વલોવતા જાશું તેમ તેમ ઊપર વર્ણવેલા અનુભવોમાંથી પસાર થાવાનું છે. અહી જ સાધક તરીકે આપણી કસોટી થવાની છે. આ અનુભવોથી તાદાત્મ્ય સાધશું તો સિધ્ધ યોગી તો બનશું પરંતુ ભટકી જવાની પૂરી શક્યાતા રહેલી છે. માટે યાદ રાખીએ આ અનુભવોથી અંજાઈએ નહી. તેનાથી અળગા રહીએ. તેના સાક્ષી બનીએ. અને આપણી શકિતનો વિકાસ સાધતા સાધતા સાક્ષી ભાવે મેરુદંડના ઊપરના છેડે સહસ્ત્રાર સુધીની યાત્રા કરીએ.

ભાણાબાપા કરીને એક સંત થઈ ગયા. તેમણે કહેલું કે સાચું સુખ, અખંડ આનંદ કે મોક્ષ જોઈતો હોય તો ....

ભાણ કહે તું ભટકીશ મા, મથી જોને માહી,
એ સમજીને સૂઈ રહે તો, કરવું નથી બીજું કાંઈ
આ બોલે ઈ બીજો નથી, છે પરમેશ્વર પોતે
અજ્ઞાની છે આંધળો, તે અળગો રહીને ગોતે
સાચું નામ છે સાહેબનું, જુઠું નથી જરાય
ભાણ કહે છે ભજીલે તો, ભારે કામ થાય.

તો આપણી અંદર ખોવાયેલો (સુષુપ્ત રહેલો) આનંદ પ્રગટ કરવા માટે હંસ મંત્રનું જ્ઞાન વિજ્ઞાન કોઈ અનુભવી સંત પાસેથી મેળવીને, યોગ્ય પુરુષાર્થ કરીને દેહાધ્યાસ છોડી, ઈન્દ્રિયોને વિષયોથી પર કરીને મન શાંત અને સ્થિર અને સયંમી બને ત્યારે પ્રાણને સમતોલ કરીને સહજ કુંભક વડે પ્રાણ જ્યારે સુખમણા નાડીમાં ચાલવા લાગે ત્યારે (અંતર-બાહ્ય કુંભક એક થવાથી અહંકાર પણ છૂટી જાય છે.) પ્રાણની ઠોકરથી કુંડલીની જાગૃત થાય છે. આ કુંડલીની શક્તિનો વિકાસ થતાં આ આનંદ આપો આપ વહેવા માંડે છે. આપણી અંદરથી સર્વ પ્રાણીઓ પ્રત્યે પ્રેમ ઊભરાય છે હૃદયમાં આનંદની છોળો ઊડવા માંડે છે.

અંતે આ સ્વયંભુ યોગની સાધનાથી અંતરશક્તિનો વિકાસ થતાં ઊંચામાં ઊંચા આધ્યાત્મિક કેન્દ્ર સહસ્ત્રાર સુધી પહોચી શકાય છે. આ છે આધ્યાત્મિક યાત્રાની પરાકાષ્ઠા. તે અહીં પ્રકાશ સ્વરુપ આત્માના દર્શન થાય છે. સહસ્ત્રારની અંદર એક દિવ્ય પ્રકાશ છે જેની આભા સ્હસ્ત્ર સૂર્યો જેટલી તેજસ્વી છે. આ કેન્દ્ર પર સુખ અથવા દુખની અનુભૂતિ નથી. માત્ર ચૈતન્યનો જ આનંદ પ્રવર્તે છે. સહસ્ત્રારની અંદર આ દિવ્યપ્રકાશની આભા વચ્ચે એક અતિ સુક્ષ્મ નીલપ્રકાશ જેને યોગી લોકો નીલબિંદુ કહે છે તેનું દર્શન થાય છે.

આ નીલબિંદુ અતિ મૃદુ, અપાર અદભૂત જ્યોતિના દર્શનથી આપણને આપણી દિવ્યતાનું ભાન થાય છે. તલના દાણાથી પણ સુક્ષ્મ હોવા છતાં આ નાનકડા નીલબિંદુમાં સારુ ય વિશ્વ સમાયેલું છે. (જેમ બીજમાં વડલો.) આ જ છે પરમાત્માનો પ્રકાશ. આપણી અંદર વસતા ભગવાનનું સ્વરુપ (અથવા જ નામ આપવું હોય તે.) આ છે માનવતાની સાચી અજાયબી. આ જ્યોતિના (નીલબિંદુના દર્શન કરીએ. – દર્શન કરવાનું સૌભાગ્ય પ્રાપ્ત કરીએ.)

માત્ર દર્પણમાં મુખ જોઈને આપણે આપણાં ખરા સ્વરુપને ઓળખી શકીશું નહી. પરંતુ આપણી અંદર રહેલ દિવ્ય જ્યોતના દર્શન કરીશું તો તે જ આપણું ખરું સ્વરુપ છે અને ત્યારે જ આપણે ખરેખર કોણ છીએ તેની પ્રતીતિ થશે. આ પ્રકાશના દર્શન થયા બાદ "મનસૂર મસ્તાના" નામના એક મસ્ત સૂફી સંતે **અનલ હક્ક**ની (હું જ સત્ય છુંની – અહંમ બ્રહમાસ્મિની) ઘોષણા કરેલી. આ પ્રકારના દર્શન કરીને જગતગુરુ શંકરાચાર્યે **અહં બ્રહમાસ્મિ પૂર્ણો હં** કહયું હતું. જીસસે પણ આનુ જ્ઞાન થતાં કહયું છે કે **ઈશ્વરનું સામ્રાજ્ય તમારી અંદર જ છે.** ઈશ્વરનું

સામ્રાજ્ય માત્ર જીસસ કે તેમના જેવા બીજા થોડાક મહાત્માઓમાં જ નહી પરંતુ તે મારી, તમારી અને દરેકની અંદર વિધમાન છે.

એક દિવસ આ સુક્ષ્મ નીલજ્યોતિ આત્માનો પ્રકાશ, પામીને સારાયે વિશ્વમાં ફેલાય જાય છે. ત્યારે આપણને આપણી સર્વ વ્યાપકતાનું ભાન થાય છે. સુખ દુખથી પર એવી પરમ સત્યની અવસ્થા આપણને લાધે છે. અને આપણે ચૈતન્યનો પરમ આનંદ અનુભવી શકીએ છીએ. આપણે નિઃશક અનુભવીએ છીએ કે, હું-મે જ; ઈશ્વરે જ મારું રુપ ધારણ કર્યું છે. ત્યાર બાદ આપણે સંપૂર્ણ અભય અને મુક્ત અવસ્થામાં, નિજ સ્વરુપ, આત્મતત્વમાં સતત વિહાર કરતાં રહીએ છીએ. જીવનમુક્ત થઈને શેષ જીવન વિતાવીએ છીએ.

આનું નામ જ મુક્તિ છે. હંસમંત્રની સાધના અને સમજથી આ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. સિધ્ધોની સાધનાનું આ જ રહસ્ય છે. આ જ છે પૂર્ણ પુરુષોની સાધના. મહાન સંતોના અનુભવનું જ્ઞાન પણ આ જ છે. હમેશા યાદ રાખીએ કે ....

૧. હંસમંત્રથી મહાન બીજો કોઈ (સહજ) મંત્ર નથી.

૨. ધ્યાનથી મહાન કોઈ પૂજા નથી.

૩. આત્માથી મહાન બીજો કોઈ દેવ નથી.

આ છે સત શાસ્ત્રો-વેદો-ઉપનિષદો અને સદગુરુઓનો અંતિમ ઉપદેશ. ગુરુગીતામાં શિવની આજ્ઞા પણ આ જ છે. હંસ વિજ્ઞાન એ આત્મ વિજ્ઞાન છે. સર્વ જ્ઞાનનું એ મૂળ છે. ઈશ્વરની એ દેન છે. સન્માનપૂર્વક એનો જાપ કરીએ.

એકદમ શાંત, સ્થિર બેસી અંદર આવતા અને બહાર જતા શ્વાસ પ્રત્યે સભાન બની અને હંસ હંસ રટતા રહીએ. (અદર) યાદ રાખીએ કે "હં" એ પૂર્ણ અહં શુધ્ધ ચૈતન્ય છે. અને યાદ રાખીએ કે "સઃ" એ વિશ્વવ્યાપીની શક્તિ છે. જે સ્થાનમાંથી આ બે અક્ષરો ઊઠે છે અને લય પામે છે, ત્યાં સુક્ષ્મ રીતે ચિત એકાગ્ર કરીએ, તો આપણને આત્માનો સાક્ષાત્કાર થશે. આ જ પરમાત્માની પરમ અવસ્થા, તે તમે છો. એટલે કે તત-ત્વમ-અસિ – "તત્વમસિ."

૧૪.૦ સોહંગ પર સંતોની વાણી

૧૪.૧ સંત બ્રહ્માનંદની વાણી

નિરંજન માલા ઘટમેં ફીરે દિન રાત.
ઊપર આવે નીચે જાવે શ્વાસ શ્વાસ ચલ જાતી.
સંસારી નર સમજે નહી બિરથા ઉમર વિહાત.
સોહંગ મંત્ર જપે નિત પ્રાણી, બીન જીવ્હા બિન દાંત.
અષ્ટ પ્રહર મે સોવત જાગત કબહૂ ન પલક રુકાત.
હંસા–સોહં, સોહં–હંસા બાર બાર ઉલટાત.
સદગુરુ પૂરા ભેદ બતાવે નિશ્ચલ મન ઠહરાવ.
જો યોગી જન ધ્યાન લગાવે બૈઠ સદા પરભાત.
બ્રહ્માનંદ મોક્ષ પદ પાવે ફેર જન્મ નહી આત.

આ શરીરની અંદર અતિ સુક્ષ્મ માળા ફરી રહી છે. શ્વાસ અંદર અને બહાર સતત ચાલી રહયો છે. જેનું જ્ઞાન સંસારી લોકોને નહી હોવાથી તેઓ અજ્ઞાનને વશ થઈ મૃત્યુના મુખમાં જઈ રહયા છે. પ્રાણીમાત્ર દિવસે ને રાત્રે, જાગતા કે સૂતા, નિરંતર જીભ કે હોઠ હલાવ્યા વિના આ સોહંગ મત્ર આઠે પ્રહર જપે છે.

હંસો–સોહં એમ સૂલટાવી અને ઉલટાવીને વારંવાર જપ થતો રહે છે. જ્યારે સદગુરુ મળે છે, ત્યારે આ મંત્રનું રહસ્ય પ્રગટ કરીને મનને એ શાંતિ આપે છે. બ્રહ્માનંદ કહે છે કે જે યોગી–સાધક શાંત બેસીને દરરોજ સવારના આ મંત્રનું ધ્યાન કરે છે, તે યોગી–સાધક જન્મ–મરણનાં ફેરામાંથી મુક્તિ પામીને મોક્ષપદને પામે છે.

૧૪.૨ સંત કબીરસાહેબની વાણી

પઢો મના ઓ નામ સોહંગ ઑંકાર સબૈ કોઈ સિરજે અંગ
નિરંકાર નિરગુણ અવિનાશી કટ વાહી કો સંગ.
નામ નિરંજન નૈનન મદૈ, નામ રુપ ધરંત.
નિરંકાર નિર્ગુણ અવિનાશી, નિરખે એ કે રંગ.
માયા મોહ મગન હોઈ નાચે, ઊપજે અંગ તરંગ.

માટી કે તન થિર ન રહતુ હૈ, મોહ મમત કે સંગ.
શીલ સંતોષ હદે બીચ દાયા, શબદ સ્વરુપી અંગ.
સાદ કે વચન સત કરી માનો, સિર્જન હારી સંગ.
ધ્યાન ધીરજ જ્ઞાન નિર્મલ નામ તત્વ ગહંતા.
કહે કબીર સુન ભાઈ સાધો, આદિ અંત પ્રશ્યંત.

હે મન તું સોહંગની સાધના કર, સોહંગમાંથી ઓમકાર થઈ સર્વની ઉત્પતિ થઈ છે. નામ નિર્ગુણ નિરાકાર નિત્ય છે. તેથી તેનો સંગ કર. ભગવાનનું નામ શુધ્ધ અને પ્રવિત્ર છે. અને ભગવાન નેત્રો ધ્વારા નામ-રુપ જગત સર્જે છે. આ નિરાકાર નિર્ગુણ અવિનાશી ભગવાનની દૃષ્ટિ એક સમાન છે. હે મન તું માયા મોહમાં અટવાઈ જઈને ફાવે તેમ નાચે છે. અને અનેક ભેદ ઉત્પન્ન કરે છે.

આ દેહ માટીમાંથી પેદા થયો છે. તેથી તે અનિત્ય છે. માટે તેની ઊપર મોહ મમતા ન રાખ. ભગવાનના નામથી જીવનમાં શીલ, સંતોષ, દયા ઉપજે છે. સાધુ પુરુષના વચનમાં શ્રધ્ધા રાખ. કારણ કે સંતો સર્જનકાર સાથે તદરુપ થયેલા હોય છે. કબીર સાહેબ કહે છે કે જે લોકો ભગવાનના નામનું રહસ્ય, ધ્યાન, ધૈર્ય, જ્ઞાનને પવિત્ર વિચારો ધ્વારા પામી જાય છે. તેઓ આદિ અને અંત, જન્મ અને મૃત્યુથી પર થઈ જાય છે.

નગરમેં સાધુ અદલ ચલાઈ
સાર સબદ કો પટા લીખાવો જમ સે લેહુ લડાઈ ।
પાંચ પચ્ચીસ કર સબ આપન સહજ નામ સમાધિ ॥
સરતિ શબદ એક સમ રાખો મનકા અદલ ઉઠાઈ ।
કામ ક્રોધકી પૂંજી તાલો, સહજ કાલ રબી જાય ॥
સુરતિ ઉલટી પવન કે સાધો, ત્રિકુટી મધ્યે ઠહરાઈ ।
સોહં સોહં બાજા બાજ, અજર પુરી દર્શાઈ ॥
કહે કબીર સૂનો ભાઈ સાધુ, સતગુરુ વસ્તુ લખાઈ ।
અધર-ઉરધ બીચ તારી લાયો, તુબ વા લોકે જોઈ ॥

આ શરીર રુપી નગરીમાં સાધકે લશ્કર વિના ઈન્દ્રિયોની સાથે લડાઈ આદરી છે. જન્મ-જન્માંતરના સંસ્કારો રુપી અદષ્ટ સાથ રાખીને યમની સાથે લડાઈ આદરી છે. પાંચ ઈન્દ્રિયો

અને પચ્ચીસ તત્વો (પ્રકૃતિઓ) પોતાને વશ કરીને સહજ મંત્ર સોહંગમાં લીન થવાનું છે. મંત્રને પાન-અપાનમાં જોડીને મનની વૃતિઓ લય કરવાની છે. કામ ક્રોધ રુપી વૃતિઓના સંસ્કારને ભૂસીને, કાળને – મૃત્યુને સહજ રીતે જીતવાનું છે. **પ્રાણ-અપાનની ગતિ ઉર્ધ્વ કરીન** ભ્રકુટી વચ્ચે તેને સ્થિર કરવાની છે. આમ થશે ત્યારે **સોહંગ – સોહંગનું દિવ્ય સંગીત** અજપા જાપ રુપે સંભળાશે અને અવિનાશી તત્વનું દર્શન થશે. કબીર કહે છે કે ભાઈઓ **આવી રીતે સાધના કરો.** સદગુરુએ તમને કેટલી અમૂલ્ય વસ્તુનું દર્શન કરાવ્યું છે. **ઊપર જતા અને નાચે ઉતરતા** પ્રાણ અપાનનો **તાર સ્થિર કરીને** તમને શિવલોક સુધી પહોચાડયા છે.

કોઈ સૂનતા હૈ ગુરુજ્ઞાની ગગનમે અવાજ હોતી હૈ ઝીની ।
સોહંગ-સોહંગ બાજા બાજે, ત્રિકુટિ શબ્દ નિશાની ।
ઈંગળા-પિંગળા સુખમન સોબે શ્વેત ધ્વજા ફહરાની ॥
જહાં તે આવે નાદ વિદાતે ઈહાં જમાવત પાની ।
સબ ઘટ પૂરણ બોલ રહા હૈ, અલખ પુરુષ હૈ જ્ઞાની ॥
વહાસે આયે પટા લીખાએ, તૃષ્ણાં નહી બુજાણી ।
અમૃત રસ છોડ વિષય રસ પીયૌ, ઉલટા ફાંસ ફસાની ॥
કહ હી કબીર સુનો ભાઈ સાધુ, અગમ નિગમ કી બાની ।
દેખ દિન જીતના જગ દેખા, સહ જૈ અમર નિશાની ॥

આકાશમાં **સુક્ષ્મ નાદ સ્પંદિત** થઈ રહયો છે. તેનું શ્રવણ માત્ર જ્ઞાની ગુરુ જ કરાવી સકે. આ **નાદ છે સોહંગ** શબ્દનો. તેનું **સંગીત ત્રિકુટિની વચ્ચેથી** નિરંતર વહી રહયું છે. **ઈડા** અને **પીંગલા** નાડીમાંનો પ્રાણ જ્યારે **સુષુમ્ણા**માં પ્રવેશ કરે છે. ત્યારે સાધકને **શ્વેત જ્યોતિ**નું દર્શન થાય છે.

જાણે સફેદ ધજા ફરકતી ન હોય! પરમ **ચૈતન્ય રુપી મૂળ સ્રોત**માંથી **નાદનું ઝરણું** વહે છે. અને તેના **શ્રવણથી શરીર પ્રતિ ધ્વનિત** થઈ રહયું છે. જે આ **જાણે છે, તે બ્રહ્મમય** બની જાય છે. જન્મો-જન્મોના સંસ્કારો રુપી ભાગ્ય પટો લખાવીને તું અહી આવ્યો છે. છતાં પણ હજી તારી તૃષ્ણા છીપી નથી? નાદ રસામૃત છોડીને તું વિષયો રુપી રસ ચાખીને સંસાર પ્રપંચમાં ફસાતો રહે છે! માટે **કબીર સાહેબ કહે છે** કે .... 'ભાઈ સાધક, હે દિનબંધુ, શાસ્ત્રો કહે છે કે જ્યાં તું નજર ફેરવશે, ત્યાં તને આ **અમરનાદની નિશાની** દેખાશે. એટલે કે આ નાદ જે સર્વત્ર સુક્ષ્મરુપે વ્યાપી રહેલો છે. તે સુક્ષ્મ કર્ણ ધ્વારા (વગર કાને) અતિન્દ્રિય ધ્વારા સંભળાશે.'

૧૪.૩ સંત સ્વરુપાનંદની વાણી.

સોહંગ સોહંગ ધ્યાસ લાગતા જીવાસ ।

હોત સે નિરાશ સંમોહાયા ॥

ત્રિગુણોસે ભાન હાર પે મીપણ ।

હોતા સાહં ધ્યાન નિરંતર ॥

અંતી એકમય ધ્યાતા ધ્યાન ધ્યેય ।

હોતા જ્ઞાનોદય અંતરયામી ॥

સ્વામી મ્હણે મગ સ્વાનંદ દાચા ભોગ ।

હોય તો હિ સાંઈ સુખ-રુપ ॥

સોહંગ સોહંગ મંત્રનું **રટણ કરતાં કરતાં** જ્યારે **મન લય પામ** છે ત્યારે **ભ્રમ ભાંગી જાય** છે. સોહંગ મંત્ર સહિત ધ્યાન કરતાં અહંભાવ અને ત્રિગુણોનો બોધ પણ નષ્ટ થઈ જાય છે. અંતે **ધ્યાતા-ધ્યાન-ધ્યેય** એ **ત્રિપુટી એકત્વ પામે** છે. અને અંતરમાં **જ્ઞાનનો ઉદય** થઈ જાય છે. સ્વામી સ્વરુપાનંદ કહે છે કે ત્યાર પછી માત્ર અંતર **આનંદનું સુખ અંગે અંગમાં વ્યાપી જાય** છે. અને **અખંડ આનંદની અનુભૂતિ** થાય છે.

૧૫.૧ આત્મસાક્ષાત્કાર માટેનો પ્રયોગ

હમણા સુધી આપણે આત્મા પરમાત્મા વિષેનું જ્ઞાન સમજ્યા. તેમા પ્રકૃતિ અને પુરુષ અથવા શિવ અને શક્તિ શું છે તેના વિષેનો ખયાલ આવ્યો. **બધા દુખનું કારણ આપણા સ્વરુપ વિષેનું અજ્ઞાન છે. આપણું મૂળ સ્વરુપ સચ્ચિદાનંદ એવો આત્મા છે. જો આત્માનું અપરોક્ષ જ્ઞાન થાય તો બધા દુખનો નાશ થાય અને આપણે જીવનમુક્ત થઈને આખરે નિર્વાણ પદને પામીએ છીએ.** અત્યાર સુધીની અનુભવ વાણીમાં આપણને **પરોક્ષ રીત** આત્મા પરમાત્મા વિષે સમજયા છીએ. **કહેવાનું તાત્પર્ય** એ છે કે આને આપણા સ્વરુપ વિષેની સમજણ સ્પષ્ટ-ચોખ્ખી થઈ કહેવાય. હવે જ્યારે **સમ્યક જ્ઞાન**નો આપણે **સાક્ષાત્કાર** કરીએ તો તે જ્ઞાનનો આપણને **અપરોક્ષ રીતે અનુભવ** થયો કહેવાય. (મતલબ કે **જાત અનુભવ** કરવો જરુરી છે.) અને તો જ આપણને તે જ્ઞાનનો લાભ આપણાં જીવનમાં મળે છે અને આપણા માટે કલ્યાણકારી બને છે.

૧૫.૨ સ્વરુપના સાક્ષાત્કાર માટેનો પ્રયોગ

હવે આપણે **આપણાં સ્વરુપનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે પ્રયોગ**ની શરુઆતથી **આત્માના અનુભવ સુધીની રીત** તથા **તેના સાધનો** અને તેમાં **વપરાતા શબ્દોની વ્યાખ્યાઓ** વગેરે વિષેની જાણકારી મેળવીએ અને આગળ વધીએ.

પ્રયોગઃ –

પ્ર એટલે પોતે-જાતે, યોગ એટલે જોડાણ. પોતે પોતાની સાથે જોડાણ કરવું. એટલે કે મનરુપે પોતે જ છે અને આત્મા પણ પોતે જ છે. તો મનનું આત્માની સાથે મિલન કરવું તેને પ્રયોગ કહેવાય છે. કે જે પ્રયોગથી પોતાને પોતાનું જ સાચું જ્ઞાન થાય છેઃ (અપરોક્ષથી)

પરોક્ષ જ્ઞાનઃ –

શાસ્તોમાંથી કે સત્સંગમાંથી, ઈન્દ્રિયો મારફતે કે મન, બુધ્ધિ ધ્વારા મેળવેલા જ્ઞાનને પરોક્ષ જ્ઞાન કહેવાય.

અપરોક્ષ જ્ઞાનઃ –

કોઈ પણ જાતના અવલંબન વગર કે ઈન્દ્રિયો કે મન બુધ્ધિના જ્ઞાનનો ઉપયોગ કર્યા વગર જે અનુભવાય તે અપરોક્ષનો અનુભવ કહેવાય. તેને ઈન્દ્રિયાતિત પણ કહે છે.

પ્રયોગનું સ્થળ (લેબોરેટરી) : –

મનુષ્ય શરીર. આ પ્રયોગ માટે મનુષ્ય દેહ અવશ્ય હોવો જોઈએ.

સાધનોઃ –

દેવતાઓને પણ દુર્લભ એવો મનુષ્ય દેહ છે. કારણ કે તે આત્મજ્ઞાન મેળવવા માટે મુખ્ય સાધન છે. અને તેમાં રહેલ કર્મેન્દ્રિયો, જ્ઞાનેન્દ્રિયો, મન, બુધ્ધિ, ચિત, અહંકાર, પ્રાણ વગેરેનો યોગ્ય પ્રમાણમાં ઉપયોગ કરીને પ્રયોગમાં સફળતા મેળવવી છે. માટે એ બધા સાધનો આપણને આ સર્વોતમ કાર્ય માટે ખૂબ જ ઉપયોગી છે.

સદ્ગુરુઃ –

આ પ્રયોગ કરવા માટેનું યથાર્થ જ્ઞાન ધરાવનારા એવા અનુભવી બ્રહમજ્ઞાની, બ્રહમનિષ્ઠ, બ્રહમવેતા જ્યારે સદ્ગુરુ રુપે મળે ત્યારે પ્રયોગ માટેનું જ્ઞાન–વિજ્ઞાન અને તેની રીત વિષેની સાચી સમજણ અને સદબોધ (ગુરુમંત્ર) આપે છે. તેનો જાપ કેમ કરવો તે વિષે માર્ગદર્શન પુરુ પાડે છે. (લેબોરેટરીમા જેમ ડેમોસ્ટ્રેટર કામ કરે છે તેમ સદ્ગુરુ પણ જરુરી સૂચનાઓ અવારનવાર જરુર જણાય ત્યારે આપતા રહે છે.)

પધ્ધતિ (વિધિ) : –

પ્રયોગ કરવાની ઘણી બધી રીત છે જેમ કે ભક્તિયોગ, કર્મયોગ, ધ્યાન યોગ, હઠ યોગ, રાજ યોગ, સૂરતા–શબ્દ યોગ, સહજ યોગ વગેરે વગેરે. આપણે જે પધ્ધતિ અપનાવવી છે તે સૂરતા–શબ્દ યોગ છે. તેને હંસ બોધ પણ કહેવાય. નામ સ્મરણ પણ કહેવાય. કે જે આપણી અંદર સહજ રીતે ચાલી રહયો છે. જેની આપણને વિસ્મૃતિ થઈ ગયેલ છે.

તેને ફરીથી સમજીને સ્વરુપ તરફ પાછા વળીને સરળ સાહજીકતાથી સ્વરુપમાં સ્થિત થવાનો યોગ સાધવો છે. તો આ સૂરતા–શબ્દના યોગમાં સફળતા મેળવવા માટે સૌ પથમ સૂરતા અને શબ્દ એટલે શું? અને તેને કેવી રીતે સાધી સકાય? એ સમજવું ખૂબ જરુરી છે, કારણ કે સૂરતા અને શબ્દનો યોગ થાય તો જ પોતાના સ્વરુપ એવા આત્મામાં સ્થિત થવાય છે.

સૂરતાઃ –

આપણું મન જ્યારે ઈન્દ્રિયો મારફતે બહાર ભમતું હોય, જેમ કે જોવામાં, સાંભળવામાં, સુંઘવામાં, ચાલવામાં, કાર્ય કરવામાં વગેર, વગેરે.

મન બહારના પદાર્થોમાં કે વિષયોમાં ભમતું હોય ત્યારે, તેને **મનની બહીર્મુખી વૃતિ** કહેવાય છે. અને મન ઈન્દ્રિયોમાં ન જતા કપોળ કલ્પનાઓ અને સપનાઓ રચતું હોય ત્યારે તેને **મનની માયાવી વૃતિ** કહેવાય છે.

અને જ્યારે **ઈન્દ્રિયો પણ** પોત પોતાના વિષયોમાં બહાર ભમતી હોય ત્યારે તેને **વિષયી વૃતિઓ** કહેવાય છે. આમ જ્યાં સુધી **મન અને ઈન્દ્રિયો બહીર્મુખી થઈને** જગતના પદાર્થો કે વિષયોમાં ભમે છે, ત્યાં સુધી બધા કલેશો જેમ કે હું, મારું, રાગ, ધ્વૈષ, વગેરે વિકારો – કામ, ક્રોધ, ધ્વૈષ, લોભ, મોહ, વગેરે અનેક દોષો વડે જીવ દુખી થતો રહે છે અને વિનાશના માર્ગે આગળ વધે છે. ભગવત ગીતામાં પણ કૃષ્ણે અર્જુનને સમજાવતા કહેલું કે, જો વિષયમાં રહે ધ્યાન તો તેનાથી આસક્તિ ઉપજે. આસક્તિથી જન્મે કામ, કામથી ક્રોધ નિપજે અને ક્રોધથી મૂઢતા આવે. તથા મૂઢતાથી સ્મૃતિનું હરણ-લોપ થઈ જાય છે. અને સ્મૃતિ લોપે, બુધ્ધિનાશ. આખરે બુધ્ધિના નાશથી સર્વનાશ થાય છે. તેથી જગતના દુખોમાંથી છૂટવા માટે મન અને ઈન્દ્રિયોની રાગ, ધ્વૈષ વાળી બહીર્મુખી વિષય વૃતિઓમાંથી પાછી વાળીને પોતાના સ્વરુપ આત્મા તરફ સ્થિત કરવી એટલે કે અંતરમુખી બનાવવી કે જેને **યોગની ભાષામાં પ્રત્યાહાર** કહેવાય છે.

આમ પાંચેય ઈન્દ્રિયોની ચેતના (તન્માત્રા) અને મનમાં રહેલી ચેતનાનો એકદોર કરીને પોતાના સ્વરુપ તરફ વાળીને આત્માનું સ્મરણ કરવું. આ રીતે આત્માનું સ્મરણ જેના વડે થાય તેને **સૂરતા** કહેવાય. આમ પહેલા સૂરતાને સાધી એકદોર કરી અને યોગ સાધવા માટે શબ્દમાં લગાવવી જોઈએ. (એકદોર એટલે પાંચ વિષયવૃતિ અને એક મનોવૃતિ મળીને છ-એ વૃતિને એક સાથે એક કેન્દ્રમાં લગાવવી.) જેમ કે છ દોરાને ભેગા કરીને એક દોરી બનાવવી.

હવે એ કેમ કરવું એ જરા સમજી લઈએ. આપણી અંદર રહેલ ચૈતન્ય શક્તિ ઈન્દ્રિયો મારફતે અને મન મારફતે સતત વપરાતી રહે છે. એ બીન જરુરી વેડફાતી જીવન ઊર્જાનો વપરાશ અટકાવીને જો બચાવવામાં આવે તો તે આપણી અંદર જગતના સંતાપો અને શારીરિક તથા માનસિક દુખ દર્દનો સામનો કરવાની શક્તિમાં વધારો થતો જાય. **જેને આત્મબળમાં વધારો થયો કહેવાય.** (જેમ કુવામાંથી પંપ ધ્વારા ખેંચવામાં આવતું પાણી જરુર હોય ત્યારે અવાડામાં-કુંડીમા જાય અને જરુર ન હોય ત્યારે પાછું કુવામાં જ પાઈપ ધ્વારા ઠાલવવામાં

આવે.) તેમ આપણી અંદર રહેલી શક્તિ બિનજરૂરી બહાર જતી અટકાવીને પાછી તેના મૂળમાં ઠાલવવાથી આપણી શક્તિમાં વધારો થતો જશે. એ શક્તિ આપણી સૂરતા સાધવામાં ખૂબ જ ઉપયોગી થાય છે.

હવે **સૂરતાને સાધવાની રીત** આપણે સમજી લઈએ. આપણી અંદર રહેલ **બધી શક્તિનો સ્રાત પ્રાણ** છે. અને **પ્રાણનો સ્રોત, હૃદય કેન્દ્ર** કે **જ્યાંથી પ્રાણ ઊઠે** છે તેને **આંતરિક કુંભક પણ કહે છે**, કે **જ્યાંથી પ્રાણ ઊઠીને બહાર તરફ જાય** છે. અને **બહારથી આવતો અપાન જે સ્થાન ઊપર લય પામે** છે અને **એ જ સ્થાનેથી પાછો પ્રાણ બહાર નીકળે** છે **તેને પ્રાણનું હૃદય કેન્દ્ર** કહેવાય છે. **હવે સૂરતાને સાધવા માટે હૃદય કેન્દ્રને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવીને** આપણી બધી ઈન્દ્રિયોની અને મનની **શક્તિને ત્યાં કેન્દ્રિત કરવા** માટે આપણને **અનુકુળ** હોય તેવા **સમય અને સ્થળે શાંતિથી શરીરની અનુકૂળતા પ્રમાણે આસન** પાથરીને બેસવું.

આમ **શાંતિથી બેસી**ને આપણી **કર્મેન્દ્રિયો મારફતે જતી શક્તિઓ પ્રાણમાં રોકાય** રહેશે. જેમ કે ચાલવાનું બંધ, હાથથી કાર્ય બંધ, જીભથી બોલવાનું બંધ એમ બધી કર્મેન્દ્રિયો મારફતે જતી શક્તિ રોકાય જશે. **ત્યાર બાદ મન, વિચારો અને કલ્પનાઓ કરતું રહેતું હોય છે.** અને તે મારફતે શક્તિ બહાર જતી હોય છે. **તેને રોકવા માટે મનને પ્રાણની સાથે જોડી દેવું જોઈએ.** તે માટ **શ્વાસ-ઉચ્છ્વાસમા** જે સહજ રીતે **રહેલ શબ્દ "હં" અને "સો"** જે **ચાલી રહેલ** છે તે **અપાન અને પ્રાણની સાથે મનને જોડવાથી મનની શક્તિ વેડફાતી બંધ થઈને પ્રાણની સાથે પાછી વળે** છે.

હવે **મનને પ્રાણની સાથે જોડવા** માટે જ્યારે શ્વાસ લેવામાં આવે ત્યારે મન, **"હં"** નું ચિંતન કરે અને ઉચ્છ્વાસ વખતે મન, **"સો"** નું ચિંતન કરે તો મન ધીમે ધીમે પ્રાણ સાથે જોડાઈ જશે. આ **ચિંતન કરવા માટે જીભ કે હોઠ કે કંઠની મદદ વગર માત્ર મન વડે જ** એ **શબ્દને પ્રાણની સાથે ઘુંટવાનો** છે. આને **મન-પવનની માળા** કહેવાય. તે જાપ હાલતાં, ચાલતાં, ખાતા, બેસતા કે કોઈ કાર્ય કરતા પણ થઈ સકે છે.

હવે જ્ઞાનેન્દ્રિયો મારફતે બહાર જતી કુલ **શક્તિના ૮૦-૮૫ ટકા શક્તિ દૃષ્ટિ મારફતે** બહાર જતી હોય છે. તેને રોકવા માટે આપણે આંખો બંધ કરીએ તો પણ બંધ આંખે પણ ક્યાંકને ક્યાંક પહોચી જાય છે. ભૂતકાળની સ્મૃતિઓને યાદ કરીને જોવા માંડે છે. કલ્પનાના નગરો પણ જોવા લાગે છે. તેને **પાછી વાળવી ખૂબ જ જરૂરી** છે. અને તેમ કરવા માટે જે **કુંભક**નું સ્થાન છે કે જ્યાં **અપાન લય પામે છે અને ત્યાર બાદ પ્રાણ જાગૃત થાય** છે.

તે **કુંભકના સ્થાને આંતરિક નજરથી (દૃષ્ટિથી) ધ્યાન ધરવું.** એટલે કે તે સ્થાને **આંતર દૃષ્ટિ સ્થિર કરવી.** કે જેથી **દૃષ્ટિ મારફતે જતી જીવન ઊર્જા પાછી પ્રાણના મૂળમાં જઈને વેડફાતી બંધ થશે.** (પ્રત્યાહાર થશે) હવે **અપાન લય પામી** જાય છે અને **પ્રાણ જાગૃત થયો નથી** તે **વચ્ચેના ગાળાને કુંભકનો સમય** કહેવાય છે.

તે વચ્ચેના સ્થાનમાં સાંભળવાની આંતરિક શક્તિને (સાંભળવાની તન માત્રાને) પણ ત્યાં સ્થિર કરવી. કે જેથી સાંભળવા **મારફતે બહાર જતી શક્તિ (૧૨-૧૩ ટકા) વેડફાતી** બંધ થઈને **પ્રાણના મૂળમાં પાછી વળશે.** (પ્રત્યાહાર થશે.) બાકી રહેલ ઘ્રાણેન્દ્રિયની શક્તિને રોકવા માટે તેને પણ તે કેન્દ્ર સાથે લગાવીને અંતરમુખી બનવાથી, **આમ બધી જ્ઞાનેન્દ્રિયોની શક્તિને રોકીને પ્રત્યાહાર કરીને એક જ કેન્દ્રમાં અંતરમુખી બનાવી શકાય છે.**

આમ મનની બધી શક્તિઓ કર્મેન્દ્રિયો, જ્ઞાનેન્દ્રિયો કે વિચાર–કલ્પના મારફતે બહાર જતી **બહીર્મુખી વૃતિઓને જીવની વૃતિ** કહેવાય અને જ્યારે **શક્તિઓ અંતર્મુખી થઈને પોતાના સ્વરુપ આત્મા તરફ વળે તો તેને આત્મ વૃતિ** કહેવાય. અને એ જ **આત્મ વૃતિને સ્રતા** પણ કહેવાય. (તેને **રુહ પણ કહેવાય** છે.)

મનથી સ્મરણ, દૃષ્ટિથી ધ્યાન, કર્ણથી આંતરિક શ્રવણ. આમ **સ્મરણ, ધ્યાન અને ભજન** (અજપા) કરીને **સૂરતાને સાધી લેવી** અને એ **સૂરતા વડે શબ્દનો યોગ સાધી લેવો** જોઈએ. તો **હવે શબ્દ શું છે એ સમજીએ.**

શબ્દ : –

અગાઉ આપણે મંત્ર અને પ્રાણના વિભાગમાં **શબ્દ** શું છે? તેની ઉત્પતી કેવી રીતે થાય છે? વગેરે વગેરે ખૂબ જ **ઊંડાણપૂર્વક સમજાવવામાં આવેલ છે.** તે પરથી **સંક્ષિપ્તમા કહીએ તો મૂળ શબ્દની ઉત્પતી** અસ્તિત્વરુપે રહેલ પરિબ્રહ્મ પરમાત્માની ચૈતન્ય શક્તિમાંથી દિવ્યનાદ ૐ (ઓમકાર) કે તેને મૂળ વચન, સદગુરુ શબ્દ, સતનામ વગેરે બધાં પરમાત્માના પર્યાય શબ્દો છે. **પ્રણવનાદને ઓહંગ શબ્દ પણ કહેવામાં આવે છે.**

ઓમકાર એ **ઈશ્વરવાચક** શબ્દ છે. **પ્રણવનાદ**ની અનુભૂતિ એ જ **ઈશ્વર**ની અનુભૂતિ કહેવાય. તે **નાદને બ્રહ્મ પણ કહેવાય.** માટે તેને નાદબ્રહ્મ પણ કહેવામાં આવે છે. કે જે **શબ્દ આપણાં નાભિ કેન્દ્રની બાજુમાં સુષુપ્ત અવસ્થામાં કુંડલીની શક્તિરુપે રહેલ છે.** વિરાટમાં સમષ્ટિનાં કેન્દ્રમાંથી જે મૂળ સ્પંદમાંથી (પ્રણવનાદ, ઓમકાર કે મૂળવચનમાંથી) પ્રાણ શક્તિઓ વાયુ સ્વરુપે સ્ફૂરી રહેલ છે.

તે શક્તિ આપણે શ્વાસ–ઉચ્છવાસ વડે આપણાં શરીરમાં ૭૨,૦૦૦ નાડીઓ મારફતે બધે ફરતી રહે છે. અને તનાથી જ નાદ ઉત્પન થાય છે. તેને **અનાહત નાદ** પણ કહેવામાં આવે છે. તે **નાદ ઘંટડી, ઝાંઝરી, ઝાલરી, શંખનાદ, ઘંટનાદ, તુરાં કે તમરાં, આસમાની અવાજ**

વગેરે અનેક રીતે **આપણી અંદર ગુંજી રહેલ છે.** તે **નાદ વગર કાને સંભળાય** છે અને **વગર દાંડીએ નોબત વાગે** છે. **વગર જીભે બોલાય** છે. **માટે** તેને **ઈશ્વરનો અવાજ કે નાદબ્રહ્મ કહેવાય** છે.

અને **વગર કાને સંભળાય** છે **એટલે આત્મા** પોતે **કાન વગર સાંભળી શકે** છે. **આમ બ્રહ્મના અવાજને આત્મા (સૂરતા) સાંભળે** છે. એટલે કે પોતે (આત્મા) પોતાને (બ્રહ્મને) સાંભળે છે. બ્રહ્મ બોલે છે અને આત્મા સાંભળે છે. **પણ આત્મા એ જ બ્રહ્મ** છે. માટે પોતે બોલે ને પોતે જ સાંભળે છે. એમ કહેવાય છે.

સમજ માટે વ્યાખ્યાઓ પૂરી થઈ હવે આપણે મૂળ વાત પર આવીએ ... .

કે જે **શબ્દ સાથે સૂરતાનો યોગ કરવો** છે તે મૂળ **શબ્દ** (પ્રણવ), **આપણી અંદર સુષુપ્ત** છે. તેને **જાગૃત કરીને તેની સાથે સૂરતા ભળી જાય** ત્યારે આપણી **આધ્યાત્મિક યાત્રા માટેના** આપણાં **પ્રયત્નો (સાધના) પૂરા** થાય છે. અને તે **કુંડલીની શક્તિ બાકીની યાત્રા પુરી કરીને** આપણને નિર્વાણ પદ સુધી પહોચાડે છે.

તો આ સાધના કરવા માટે આપણે ક્યાંય બહાર જવું પડે કે સંસાર છોડવો પડે તેવું નથી. આપણા રોજ-બરોજના કાર્યો કરતાં કરતાં આ સાધના ખૂબ જ સરળતાથી અને સહજ રીતે થઈ સકે છે. તે **માટે સૌ પ્રથમ સૂરતાને સાધવી પડે.**

૧૬.૦ ગુરુમંત્ર

૧૬.૧ ગુરુમંત્રનો હેતુ કે મહત્ત્વ

અગાઉ આપણે જોઈ ગયા છીએ કે જે શબ્દો વડે (ગુરુમંત્ર વડે) આપણે સાધના કરવાની છે તે શબ્દો ચેતનવંતા હોવા જોઈએ. કેવળ જડ શબ્દોથી યોગ સાધી સકાતો નથી. એટલે જ્ઞાની ગુરુ પાસેથી મેળવેલા શબ્દો અને બતાવેલી રીત પ્રમાણે કોઈ શાંત જગ્યાએ બેસીને મંત્રજાપ (મન પવનની માળા) કરતા રહેવાથી **મંત્રમાં રહેલી ચેતન શક્તિ,** આપણી **અંદર રહેલ અંતર સ્પંદ** સાથે **તાદાત્મ્ય પ્રાપ્ત કરાવવાનું સામર્થ્ય ધરાવે** છે.

આમ **મંત્ર**માં મનુષ્યને **જીવ ભાવ**માંથી બદલીને તેને **શિવભાવ**માં **રુપાંતરીત** કરવાની **ક્ષમતા સહજ રીતે રહેલી છે.** એટલે કે **મંત્રની અંદર દેહભાવના** (દેહાધ્યાસ) જેવા **મર્યાદિત જ્ઞાનનો નાશ કરવાની અને ઈશ્વર સાથે તાદાત્મ્ય કરાવવાની શક્તિ** રહેલી છે. એટલે જ **મંત્રો**ને **શિવનું સ્વરુપ** માનવામાં આવે છે. **(નામ એ જ રામ** છે) એટલા માટે આપણે જે મંત્ર જપીએ તે મંત્ર જ્ઞાની ગુરુ પાસેથી મેળવેલો હોવો જોઈએ. તે મંત્રની અંદર રહેલ શક્તિ સંપૂર્ણ રીતે જાગૃત કરેલી હોવી જોઈએ. તે જડ હોવો જોઈએ નહી.

મંત્ર વિષેની સમજ માટે પહેલા આપણે કહી ગયા છીએ તે વાતને ફરીથી રજ કરવી અસ્થાને નથી. માટે જેમ જેમ **ગુરુમંત્રનો જાપ** કરતા જઈશું તેમ તેમ **તેના સ્પંદનો પ્રાણ સાથે ભળતા જશે.** આ **સ્પંદનો હૃદય સુધી પહોચીને શરીર અને મનને શુધ્ધ કરી નાખે** છે.

આમ **મંત્રનુ શુધ્ધભાવે રટણ કરતા** રહેવાથી તે **ક્રમશઃ વૈખરીમાંથી મધ્યમાની કક્ષાએ** અને ત્યાંથી **પછી પશ્યંતિ કક્ષાએ** અને જેમ જેમ **વાણીના સુક્ષ્મથી સુક્ષ્મતર સ્તરો પસાર કરશે** ને તેમ તેમ આપણી **અંદર સુક્ષ્મથી પણ સુક્ષ્મ કક્ષાઓનું શુધ્ધિકરણ થશે** અને આમ **પવિત્રભાવથી મંત્ર જપતાં પરાવાણી સુધી પહોચી** જઈશું.

અને **ત્યા** આપણને **આત્માનો સ્પર્શ** થશે. ત્યારે આપણે **શુધ્ધ અહંની સ્થિતિ** કે જેમાં **આપણે પોતે, મંત્ર અને આપણો અંતર આત્મા, ત્રણેય શુધ્ધ ચેતનરુપે સ્પંદિત** થતાં **અનુભવાશે.** જ્યાં સુધી **સ્થૂળ કક્ષાએ મંત્ર જપતાં** રહીશું ત્યાં સુધી તેનો એક નાદ અથવા **અક્ષરના અવાજ રુપે અનુભવ થશે.** પરંતુ ગુરુની કૃપાથી આ સ્થિતિથી પણ **ઉચ્ચ સ્તરે પહોચીશું ત્યારે અક્ષરના દિવ્ય સ્વરુપનો સાક્ષાત્કાર** થશે.

જે કોઈ શબ્દો કે બારાખડીના અક્ષરો જ્યારે બોલાય છે. તેના ત્રણ સ્વરુપો હોય છે.

1. **સ્થૂળ સ્વરુપ (વૈખરી વાણી)** : કે જે **જીભ** મારફતે **બોલાય** છે અને **કાન** મારફતે **સંભળાય** છે. તેને **વર્ણાત્મક શબ્દ** કહેવાય છે.
2. **સુક્ષ્મ સ્વરુપ (વિચારવાણી)** : જે માત્ર મનથી જ **વિચાર રુપે અનુભવાય** છે. **કાનથી સંભળાતું નથી.** માટે તેને **સુક્ષ્મ વર્ણાત્મક** શબ્દ કહે છે.
3. **દિવ્ય સ્વરુપ (નાદબ્રહ્મ)** : **ધુનાત્મક સ્વરુપ** કે જેને ધુનાત્મક શબ્દ અથવા **નાદબ્રહ્મ** કહેવાય છે. આ **ધુનાત્મક** શબ્દમાંથી **સૂક્ષ્મરુપે વર્ણાત્મક** શબ્દ બને છે. અને ત્યાર **પછી સ્થૂળરુપે** જીભ મારફતે બારાખડીના અક્ષરો રુપે બોલાય છે. તેને **વર્ણાત્મક** શબ્દો કહેવાય છે.

આમ જોઈએ તો વાણીના ચાર પ્રકાર છે.

૧. પરાવાણી, ૨. મધ્યમાવાણી, ૩. પશ્યંતિ વાણી, ૪. વૈખરી વાણી.

જ્યારે શબ્દ **મૂળમાંથી નાદબ્રહ્મ** રુપે (ધુનાત્મક) રુપે **ઊઠે** છે, ત્યારે તેને **પરાવાણીના શબ્દ કહેવાય.** ત્યાર બાદ **હૃદય સુધી પહોચે ત્યારે હૃદયની** (ચિતની) **વૃતિ સાથે જોડાઈને ભાવરુપે પ્રગટ થાય** છે. તેને **પશ્યંતિ કહેવાય** અને ત્યાંથી **આગળ વધતાં મનમાં દાખલ થાય ત્યારે મનની વૃતિ સાથે સંયોજીત** થઈને **સૂક્ષ્મ શબ્દોનું વર્ણાત્મક સ્વરુપ થઈને વિચાર રુપે ઘાટમાં આવે** છે. ત્યાર બાદ એ **વિચાર (સૂક્ષ્મરુપ)** જ્યારે **જીભ મારફતે બોલાય** અને **કાન મારફતે સંભળાય** તેને **વૈખરી વાણી** કહેવામાં આવે છે.

આમ **મૂળમાંથી નિકળેલ દિવ્ય પરાવાણી** જ્યારે **હૃદયમાં રહેલી અશુધ્ધિ-વૃતિ સાથે મળવાથી થોડી અશુધ્ધ થઈને** પછી **મનમાં જાય** છે, ત્યાં **મનમાં પણ વિષય-વિકારોની અશુધ્ધિઓ** રહેલી હોય તેની **સાથે મળીને વધુ વિકૃત રુપ ધારણ કરીને જીભ મારફતે વૈખરી રુપે બહાર આવે** છે ત્યારે તે **વાણી ખૂબ જ કષ્ટ આપનારી** અને પોતાની **મૂળ દિવ્યતાને ગુમાવીને સતા શક્તિ વગરની થઈને બંધનમાં નાખીને કલેશો ઉત્પન્ન કરે** છે.

માટે હૃદય, મન, ઈન્દ્રિયો વગેર શુધ્ધ કરવા ખૂબ જ જરુરી છે. જો હૃદય, મન, ઈન્દ્રિયો **સંપૂર્ણ રીતે શુધ્ધ હશે તો આપણા પ્રાણ પણ એકદમ સમાન અને સમતોલ રીતે ચાલશે.** પ્રાણ **સમતોલ થતાની સાથે આપણી કુંડલીની શક્તિ જાગૃત થાય** છે. અને **ત્યારે ત્યાંથી પરાવાણી** (**પ્રણવનાદ** રુપે) **ઊઠે** છે અને **શુધ્ધ હૃદયમાંથી** અને **ત્યાંથી શુધ્ધ મનમાંથી** અને **ત્યાંથી શુધ્ધ ઈન્દ્રિય જીભમાંથી**, જ્યારે **બોલાય** છે, **ત્યારે તે બોલે છે તે બીજો નથી છે પરમેશ્વર પોતે.**

અને **તેના શબ્દો આત્માની શક્તિ-સતાવાળા** હોવાથી તે શબ્દો **જીવંત કહેવાય** છે અને **એવા ચેતનવંતા શબ્દો** જ્યારે આપણને **ગુરુ મારફતે મળેલા હોય** તો **તે શબ્દોની મદદ વડે બતાવેલી રીત પ્રમાણે સ્મરણ કરીએ** તો **ચોક્કસ** પ્રમાણે આપણે આપણી **સૂરતાને સાધી સકીએ** અને **એ સૂરતા વડે મૂળ શબ્દ** (નાદબ્રહ્મ) **જાગૃત કરીને સૂરતા શબ્દનો યોગ સિધ્ધ કરા**ને આપણે **બ્રહ્મરુપે થઈ**ને આપણું **કાર્ય સિધ્ધ કરી સકીએ તેમાં કોઈ** પણ જાતનો **સંદેહ કે શંકા નથી.** અને આમ કરવાથી આપણા **હૃદયમાં શાશ્વત સુખ, પરમ શાંતિ, પૂર્ણ સંતોષ અનુભવીએ** તથા **ખોટું પકડાયેલું** હુ અને મારું પણ **મુકાય જાય** છે. તથા બધા **પદાર્થો કે વિષયોથી આસક્તિ રહિત, અનાસક્ત, અસંગ, નિઃસ્પૃહી થઈને જીવન મુક્ત દશામાં** એટલે કે **બ્રહ્મ દશામાં શેષ જીવન વિતાવી**ને અંતે **નિર્વાણ પદમાં ભળી**ને આપણું **કલ્યાણ કરી સકીએ** છીએ. તો આ **સૂરતા-શબ્દનો સહજ** અને **સરળ યોગ સાધી લેવો** એ **ઉચ્ચતમ કાર્ય છે.**

અત્યાર સુધી આપણે **સૂરતા અને શબ્દ વિષેનું** શક્ય એટલું **જ્ઞાન પરોક્ષ રીતે સૈધાન્તિક** (થીઓરેટીકલી) **સમજી ચુક્યા** છીએ. અને તેનું મહત્વ પણ સમજવામાં આવી ગયું હશે. હવે આ **સાચી સમજણ વાળું જ્ઞાન આપણા જીવનમાં ઉતારી**ને તેનો **સાક્ષાત્કાર કરીએ** અને **તે જ્ઞાન રુપે આપણે બનીએ** અને તેનો સંપૂર્ણ લાભ આપના જીવનમાં થાય. **માટે ક્રમબધ્ધ પ્રયોગ કરીને** આપણે **સૂરતા કેમ સાધવી.** તેની **રીત જોઈએ.**

જય ભગવાન! દાસાનું દાસના પ્રણામ.

૧૬.૨ ગુરુમંત્ર જાપ

ધારો કે આ સાધના કરવા માટે આપણને ગુરુએ છ શબ્દો (મંત્ર તરીકે) આપેલા છે. ગુરુમંત્ર જાપ કરીએ.

ગુરુ મંત્ર : **ઓહંગ ગુરુજી સમરણ**
સોહંગ બ્રહ્મ તુંહિ.

(મંત્ર ગુરુની પાસેથી જે પણ મળે તે લેવો. ઉપરનો મંત્ર તો ઉદાહરણ તરીકે આપ્યો છે.)

આ મંત્રનો જાપ કરવા માટે આપણે આપણને અનુકૂળ હોય તેવી શાંત જગ્યાએ, બેસવા માટે અનુકૂળ આસન જેમ કે કંતાન અથવા શણનો કોથળો કે ગરમ ગોદડી અને તેના ઊપર સૂતરાઉ ગોદડી કે સૂતરાઉ શેતરંજી વગેરે જે અનુકૂળ આવે તે જમીન પર પાથરવું. સાધના દરમ્યાન બેસતી વખતે આપણાં શરીરનો એકેય ભાગ જમીનને અડકે નહી એ રીતે આસનનું કદ અનુકૂળતા પ્રમાણે રાખવું. આસનની જાડાઈ પણ એક, દોઢ કે બે ઈંચ પોતાની અનુકૂળતા પ્રમાણે રાખવી.

આસન બહુ પોચું કે બહુ કઠણ પણ ન હોવું જોઈએ. જે આસનનો ઉપયોગ કરતા હોઈએ તે જ આસન કાયમ રહે તો વધુ સારું. આ રીતનું યોગ્ય આસન પાથરીને તેના ઊપર અનુકૂળ હોય તે પ્રમાણે પદમાસન કે સિધ્ધાસન કે સુખાસન કે પછી પોતાને અનુકુળ રહે તે પ્રમાણે બેસવું. કે જેથી લાંબો સમય શાંતિથી બેસી સકાય. આમ સહજ રીતે આસન પર બેસીને શરીરને કોઈ પણ જગ્યાએ તણાવ આપ્યા વગર સીધા બેસવું કે જેથી આપણી કરોડરજ્જુ – મેરુદંડ જમીન સાથે લગભગ કાટખૂણે રહે. (એટલે કે આગળ, પાછળ કે સાઈડમાં નમેલું ન રહે.) આવી રીતે આસન પર બેસીને આપણા બને હાથની હથેળીઓ કાં તો ધુંટણ પર કે પછી એકબીજી ઊપર રાખીને ખોળામાં રાખવી અને આંખો બંધ કરીને શાંતિથી શરીરના કોઈ પણ ભાગમાં તણાવ ન રહે તેમ સહજતાથી અને સરળતાથી બેસવું. જ્યાં બેઠા હોઈએ તે રુમ કે જગ્યાનું વાતાવરણ બહુ ગરમ કે બહુ ઠંડુ નહી પણ ખુશનુમા હોય તો સારું.

આ બધી વિગતો જેણે બોધ આપ્યો હોય તેની પાસેથી જાણી લેવી. શાસ્ત્રોમાં પણ ઘણી જગ્યાએ આસનનો અને તેના સ્થળ વિષેનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવેલો હોય છે. જરુર જણાય તો તેમાંથી પણ જાણી લેવું.

આપણે જાણીએ છીએ કે આપણા ઘરે કોઈ પણ જાતનું ઉતમ કાર્ય કે ઉત્સવ કે શુભ પ્રસંગ કરવો હોય તો પહેલાં આપણે પ્રસંગને અનુરુપ માહોલ બનાવીએ છીએ અને આજુ બાજુના તથા સગા-વહાલા તથા મિત્રોને તેની જાણ કરીએ છીએ કે જેથી આપણા કાર્યની બધાને ખબર પડે અને તેમના તરફથી પણ સહયોગ મળે.

અને પ્રસંગ ચાલુ કરતા પહેલા તેની સફળતા માટે ગણપતિની સ્થાપના કરીએ છીએ અને તેને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે અમારો પ્રસંગ સરળતાથી અને શાંતિથી પૂરો થાય તે પ્રમાણે રિધ્ધિ – સિધ્ધિ આપજો. અને હનુમાનની પણ સ્થાપના કરીને તેને યાદ કરીને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે અમારો આ ઉત્સવ નિર્વિધ્ન રુપે પૂરો થાય તેનું ધ્યાન રાખજો.

એવી જ રીતે આ સાધના કરવી છે આ તો જીવનનું સર્વોતમ કાર્ય છે. **આ કાર્ય આપણા મનનું છે.** તો **મન**-એ (આપણે) તેની આજુ-બાજુના સગા-વહાલા, મિત્રો જેવા કે

ઈન્દ્રિયો, બુધ્ધિ, ચિતની બધી વૃતિઓ, મનમાં રહેલા રાગ-ધ્વૈષ-અહંકાર વગેરેને જાણ કરીને એવો માહોલ ઊભો કરવો કે જેથી એ બધા મનના સગા-વહાલા પોતાને હેરાન ન કરે અને બને તેટલો આ કાર્યમાં સહયોગ આપે એટલે કે આપણાં અંતઃકરણમાં એવો માહોલ બનાવવો કે જેથી બધાને આપણું કાર્ય પસંદ હોય.

હવે આપણે સાધનાની શરુઆત કરવી હોય ત્યારે આસન પર બેસીને (બતાવેલ રીત પ્રમાણે) પહેલા ગણપતિની આરાધના કરવા માટે ગણપતિની માત્રા છે તેનો જાપ મનોમનથી પ્રાણની સાથે કરવો. તેની માત્રા : **ઓહંગ ગંગ ગુરુ ગણપતય નમઃ** આમ પાંચ શબ્દ છે. તેની પાછળ પ્રાર્થનાનો ભાવ છે કે હે પ્રભુ, (ઓહંગ), જ્ઞાની ગુરુ તમે ગણપતિ થઈને મારા પ્રસંગમાં તમારી રિધ્ધિ-સિધ્ધિ સાથે હાજર રહેજો. એમ અંતરના એવા ભાવની સાથે ગણપતિની માત્રાનો ૫ થી ૧૦ વખત શ્વાસ-ઉચ્છવાસ સાથે જાપ કરવાથી (ધ્યાન નાભિએ રાખવું) **ગણપતિની સ્થાપના થઈ ગઈ કહેવાય.** તો તે **સુક્ષ્મ શક્તિ** પણ આપણને **સહાયરુપ થાય** છે. ત્યાર બાદ આપણી સાધનામાં વિઘ્નો ન આવે તે માટે **સંકટહર હનુમાનની માત્રા** : **ઓહંગ રંગ હરંગ અંતરમતિ હનુમાનજતિ.** એ પાંચ શબ્દોનો મન વડે શ્વાસો-ઉચ્છવાસ સાથે ૫ થી ૧૦ વખત જાપ કરવો. તે જાપ કરતી વખતે **અંતઃકરણમાં એવો ભાવ રાખવો** કે હે પ્રભુ (ઓહંગ ઈશ્વરવાચક શબ્દ છે.) મારી પ્રાર્થના છે કે મારા આ **શુભ કાર્યમાં તમે હનુમાન રુપ** (સૂક્ષ્મ રુપે) **હાજર રહેશો** કે **જેથી** મારી **સાધનામાં કોઈ વિઘ્નો** નડતરરુપ **ન થાય.** આવી **ભાવના સાથે** હનુમાનની માત્રાનો **જાપ કરવાથી તે સૂક્ષ્મ શક્તિની સ્થાપના થઈ** ગઈ કહેવાય. તેથી તે કાર્યમાં **વિઘ્નો નડે નહી.**

ઉપરોક્ત **બને માત્રાનો જાપ કરતી વખત** આપણી **બંધ આંખે જ્યાં** અપાન લય પામે છે અને પ્રાણ હજી ઊઠયો નથી તે સ્થાનને **કુંભકનું સ્થાન** કહે છે **તે** ખાલી **જગ્યામાં ધ્યાન રાખવું** અને **મન વડે પ્રાણ સાથે શબ્દો ઘુંટવા.**

ઊપર પ્રમાણે આસન ગોઠવી, તેની ઊપર સ્થિર બેસી, સારો માહોલ બનાવી (અંતર ઘટમાં) ગણપતિ અને હનુમાનજતિના માત્રાના જાપ જપી લીધા બાદ ગુરુ મહારાજે છ શબ્દો આપેલા છે તેનો જાપ બતાવેલી રીત પ્રમાણે ચાલુ કરવો.

હવે **શ્વાસો-ઉચ્છવાસ સાથે મંત્રના છ શબ્દોને કેવી રીતે બેસાડવા** તે જરા **સમજી લઈએઃ –**

જ્યારે આપણે **શ્વાસ અંદર લઈએ** એને **પૂરક** કહેવાય, અને **સ્થિર રહે તે સમયને કુંભકનો સમય** કહેવાય, અને **બહાર કાઢીએ** એને **રેચક** કહેવાય.

પૂરકને અપાન વાયુ કહે છે. અને **રેચકને પ્રાણવાયુ** કહે છે.

હવે જ્યારે **અપાન વાયુ દાખલ થતો હોય** ત્યારે પૂરકના સમયગાળામાં **ઓહંગ** શબ્દને મનથી બેસાડવો. અને જ્યારે **કુંભક થાય** તે સમયગાળામાં **ગુરુજી સમરણ** એ બે શબ્દોને બેસાડવાના.

ત્યાર બાદ જે **રેચક શરુ થાય ત્યાર** રેચકના સમયગાળામાં **સોહંગ** શબ્દને બેસાડવો અને **બહારનો બીજો કુંભક થાય ત્યારે** તે સમયગાળામાં **બ્રહ્મ તુંહિ** એ શબ્દો બેસાડવા.

આમ પૂરક, કુંભક, રેચક, કુંભક એમ એક સાયકલ પૂરી થાય તે દરમ્યાન મન વડે છ શબ્દોનો જાપ શ્વાસ–ઉચ્છવાસ સાથે જાપ કરવો.

સામાન્ય રીતે નિરોગી અવસ્થામાં એક મિનિટમાં ૧૨ થી ૧૫ શ્વાસો–ઉચ્છવાસની સાયકલ (રીધમ) ચાલતી હોય છે. પરંતુ **આ મંત્રજાપ ઉપરોક્ત બતાવેલી રીત પ્રમાણે કરતા** કરતાં **સહજતાથી કુંભકનો સમય વધતો જશે** અને આમ થવાથી એક **મિનિટમાં ૮ થી ૧૦ સાયકલ** થઈ જાય અને **ક્યારેક તેનાથી પણ ઓછી થઈ જાય.** કારણ કે **ઇન્દ્રિયો, મન, બુધ્ધિ વધારે શાંત થતાં** જાય તેથી **શક્તિનો વપરાશ ઘટી જાય** છે. **માટે કુંભકનો ગાળો** એટલ કે અપાન લય પામ્યો અને પ્રાણ હજુ ઊઠયો **નથી** તે બે વચ્ચેનો સમયગાળો **વધી જાય** છે. તે વચ્ચેના **કુંભકના સ્થાનમાં ચેતન હોય** છે. જેમા **અપાન મારફતે ચેતન આવે** છે. અને હજુ પ્રાણ શક્તિમાં રુપાંતર થયું નથી તે **વચ્ચેના ગાળામાં ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું.**

એટલે કે **ધ્યાનનું કેન્દ્ર આંતરીક કુભક સ્થાને** બનાવવાનું અને **આપણી આંતર દૃષ્ટિને ત્યાં ઠેરાવીને સ્થિર કરવાની.** અને **આપણી સાંભળવાની આંતરિક વૃતિને પણ સ્થિર કરવાની.** આ રીતે **ત્રિવિધ જાય કરવો.** એટલે કે **મનથી ૬ શબ્દોનું શ્વાસની રીધમ–સાયકલ સાથે રટણ કરવુ** (સમરણ) અને **આંતર દૃષ્ટિથી ધ્યાન કરવુ** અને **આંતર શ્રવણશક્તિને ત્યાં ઠેરવવી.**

આમ **અભ્યાસ કરવાથી ધીમે ધીમે તે કુંભક સ્થાને ચેતનનો જથ્થો વધતો જશે** અને એક **સમય એવો આવશે** કે તે **ચેતનાના સ્પંદનો, આંતરિક શ્રવણશક્તિ વડે** (આંતરિક મન વડે) **સંભળાવા લાગશે.** તેને **મંત્ર** અથવા **નામ જાગૃત થયું** કહેવાય. તેને **અનાહત નાદ** કહેવાય છે એટલા માટે **તે કન્દ્રને અનાહત કેન્દ્ર કહે** છે.

આમ જ્યારે ધ્યાનનું કેન્દ્ર આંતરીક કુંભક સ્થાને (નાભિ કેન્દ્ર) હોય છે, ત્યારે કુંભકના સ્થાને **મનની ચેતના, દૃષ્ટિની ચેતના** તથા **શ્રવણની ચેતના** એટલે કે બહાર જતી બધી શક્તિ એક જ ધ્યાનના સ્થાને ભેગી મળી જશે. તેને **મનની આંતરશક્તિ** પણ કહેવાય. તે બધી

શક્તિઓ મનમાંથી નિકળીને ઈન્દ્રિયો મારફતે જે બહાર જતી હતી તે **પાછી વળીને એક જ કેન્દ્ર** સ્થાને મળે **તેને સૂરતા કહેવાય. (આત્મ વૃતિ** પણ કહેવાય.)

ચોથી ઉચ્ચ કક્ષાની વાણી કે જેનું **નાભિ પ્રદેશમા સ્થાન** છે તેને **પરાવાણી** કહે છે. આ પરાવાણી કક્ષામાં જે **નાદનું સ્વરુપ** હોય છે તેને **શુધ્ધ અપ્રગટ ચૈતન્ય** અથવા **આત્માની** કક્ષામાં મૂકી સકાય છે. (જેમ ગોળનો ગાંગડો કે સાકરનો ટૂકડો એ મીઠાશનું અપ્રગટ રુપ છે કારણ કે તેમા મીઠાશ સીવાય બીજું કંઇ નથી. પણ મીઠાશ દેખાતી નથી અનુભવી શકાય છે. તેવી જ રીતે પરાવાણી કક્ષામાં જે નાદ છે તે આત્માનું અપ્રગટ રુપ જ છે તે આત્મા નાદરુપે અનુભવી શકાય છે પણ દેખાતો નથી.)

હવે આ રીતે **ધ્યાન, સ્મરણ કરતાં** કરતાં જ્યારે **બધી શક્તિઓ ભેગી મળીને એક જ સ્થાન** કે **જે સ્થાને પરાવાણી વિધમાન છે** ત્યાં **સ્થિર થશે** ત્યારે તેને (સાધકને) અંતરનાદ (અનાહતનાદ) સંભળાવા લાગશે.

જેને એમ કહેવાય છે કે **ભક્તિ કરી પાતાળ અન પ્રગટ હુઆ આકાશ.** એટલે કે નીચે **નાભિ પ્રદેશના કેન્દ્રમાં બધી શક્તિ** ભેગી થઈ (ભક્તિ એટલે ભેગું થવું – વિભક્તિ એટલે જુદું થવું) ત્યારે તે **અનુભૂતિની પ્રતીતિ આકાશ** એટલે **શિરાકાશ**માં (મસ્તકની અંદર રહેલ અવકાશમાં) **અનાહત નાદ સંભળાવા લાગ્યો.** આ બધી **શક્તિઓ જ્યારે ભેગી થઈને એક દોર બને** છે અને **અંતરનાદ કે અનાહતનાદને સાંભળવા લાગે** છે. ...

ત્યારે તેને અજાગૃત મન જાગૃત થયું કહેવાય. તેને **સૂરતા પણ કહેવાય.** તેને **આત્માનું મન પણ કહેવાય.** આપણા ચાર શરીર, – સ્થૂળ, સુક્ષ્મ, કારણ અને મહાકારણ, તો તે આપણા **ચોથા શરીરનું મન કે જે અજાગૃત હતું તે જાગૃત થયું** કહેવાય. તેને **નામની જાગૃતિ થઈ** તેમ પણ કહેવાય.

આ રીતે **છ શબ્દોનું પ્રાણ સાથે જોડાણ કરીને મન વડે સ્મરણ** – ધ્યાન – કરતાં **કરતા** જ્યારે **અનાહતનાદ પણ સંભળાવા લાગે** ત્યારે આપણી **સૂરતા સધાઈ ગઈ કહેવાય** (આંતરમન જાગી ગયુ.)

હવે મૂળ શબ્દને જાગૃત કરવા માટે છ શબ્દોની જરુર નથી. છ શબ્દોની મદદથી આપણે **સૂરતાને સાધી લીધેલ છે.** તો **હવે સૂરતાથી ધ્યાન-ભજન કરતાં** કરતાં **શબ્દને જાગૃત કરીને સૂરતા – શબ્દનો યોગ સાધી લેવાનો છે.** તે સાધના કેવી રીતે કરવી **તે સમજીએ. તે સાધનાની બીજી ભુમિકા-તબક્કો છે.**

૧૭.૦ સૂરતા શબ્દનો યોગ

૧૭.૧ સહજ ધ્યાન

હવે સાધનામાં આગળ વધવા માટે હંમેશની જેમ શાંતિથી નિયત કરેલ આસન પર બેસી, શુભ માહોલ (અંતરઘટમાં) બનાવી, ગણપતિની તથા હનુમાનજીની માત્રાઓ લઈને પાંચથી દસ મિનિટ, પ્રાણ (શ્વાસ-ઉચ્છવાસ) સાથે મનને પરોવીને છ શબ્દોનો મંત્ર જાપ કરીને મસ્તકમાં જ્યાં અંતરનાદ, અનાહત નાદ ગાજી – વાજી રહયો હોય તે સાથે સૂરતાને લગાવીને સૂરતા વડે તે નાદને સાંભળવો. અને ધ્યાનનું કેન્દ્ર કપાળના મધ્યભાગમાં - ભ્રકુટીના સ્થાને સૂરતાને ઠેરાવીને તે સ્થાને નાદ સાંભળવાનો પ્રયાસ કરવો.

ધીમે ધીમે, અભ્યાસ કરતા કરતા સૂરતા ભ્રકુટીએ સ્થિર થઈને; સહજતાથી અનાહત નાદને સાંભળવા લાગશે. આ જાપને અજપા જાપ પણ કહેવાય છે. જે અંતર નાદ (સ્પંદન) થઈ રહયો છે તે ઈશ્વરનો (ચેતનનો) છે. અને **સૂરતા તેને સાંભળે** છે. તેને **ભજન** પણ કહેવાય. એ **નાદ કોઈ વસ્તુ કે ઈન્દ્રિયોમાંથી નથી નીકળતો** પણ તે **ઈન્દ્રિયાતિત – આસમાની નાદ છે.**

તેને નાદબ્રહમ પણ કહેવાય છે. તે સાંભળવા માટે કાનની જરૂર રહેતી નથી. તે સૂરતા વડે સંભળાય છે. જ્યારે **સૂરતા માત્ર નાદ સાંભળવામાં જ તલ્લીન હોય** ત્યારે **તે અવસ્થાને તુરિયાવસ્થા** કે ચોથી અવસ્થા **કહેવાય.**

જાગૃત, સ્વપ્ન, સુષુપ્તિ અને **તુરિયા**; આમ ચાર અવસ્થામાં આપણું મન ફરતું હોય છે. **ચોથી અવસ્થામાં મન** જ્યારે હોય છે, ત્યારે તેને **સૂરતા પણ કહે છે.**

જે **અનાહત નાદ** ગાજી – વાજી રહયો છે તેને **નાદબ્રહમ કે શબ્દબ્રહમ કે સોહંગ, શબ્દ કે નામ** પણ કહેવાય છે.

અનાહત નાદ સંભળાવા લાગે તેને નામ જાગૃત થયું પણ કહેવાય.

હવે જેમ જેમ અભ્યાસ કરતાં કરતાં આપણી સૂરતા કોઈ પણ જાતના વિક્ષેપ વગર એકધારી નાદ સાંભળવામાં તલ્લીન રહેશે, તેમ તેમ સાધકોને અનેક પ્રકારના નાદો જેમ કે **ઝાંઝરી, ઝાલરી, ઘંટડી, ઘંટનાદ, શંખનાદ, તૂરાં, તમરા, વગેરે** સંભળાશે. આમ **સૂરતા શબ્દનો અજપા જાપ** ચાલતો રહેશે. તો **તેનાથી મનની શુધ્ધતા, સ્થિરતા અને એકાગ્રતા થતી જશે** અને **આખરે મન** શાંત થઈને **ધીમે ધીમે** પોતાના **મૂળ સ્વરુપ એવા બહમમાં રુપાંતર** થવા માંડશે.

આ **સૂરતા શબ્દના ધ્યાન – ભજનમાં** ખાસ **અગત્યની એ વાતનું ધ્યાન રાખવાનું** છે કે **માત્ર સાંભળતા રહેવું એટલું જ બસ-પૂરતું નથી.** પરંતુ વિશેષ લાભ લેવા માટે ત્રિવિધ રીતે ધ્યાન કરવું ખૂબ જ જરુરી છે. **ત્રિવિધ ધ્યાન કેમ કરવું તે હવે સમજી લઈએ.**

આપણા **અતઃકરણમાં ચિત** હોય છે અને **ચિત અહંકાર, બુધ્ધિ તથા મન રુપે કાર્ય કરતું** હોય છે.

આ **ત્રિવિધ ધ્યાનમા....**

૧. **મન સૂરતા રુપે થઈને નાદ સાંભળતું** સાંભળતું બ્રહ્મરુપે **ધીમે ધીમે** થતું જશે. અને **આખરે નાદમાં સમાઈને** બ્રહ્મનું રુપ **ધારણ કરી લેશે.** એટલે કે મન **બ્રહ્મ રુપે** થશે.

૨. **બુધ્ધિથી** એવો **નિશ્ચય કરવાનો** છે કે જે **નાદ સંભળાય રહયો** છે, તે **બ્રહ્મ જ છે.** એ સિવાય બીજો કોઈ બ્રહ્મ નથી. જે **નાદ છે તે બ્રહ્મનું શબ્દ સ્વરુપ** છે. એવો પાકો નિશ્ચય બુધ્ધિએ કરવાનો કે **જેથી બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન** થશે. વેદનું મહાવાક્ય છે કે **પ્રજ્ઞાનમ બ્રહ્મ** એટલે કે પ્રજ્ઞા **બુધ્ધિ પણ** બ્રહ્મનું સ્વરુપ જ છે. આમ **ધીમે ધીમે** બુધ્ધિ પણ **બ્રહ્મનું રુપ ધારણ કરી લેશે** અને **પ્રજ્ઞાવાન બનશે.**

૩. **ચિતમાં જુદા જુદા રુપ** ધારણ **કરી બેઠેલા અહંકાર** એવો **ભાવ કેળવવાનો** છે કે જે **નાદ સંભળાય રહયો** છે **તે જ હું છું – તે જ હું – તે જ છ** – જે શબ્દ બોલે એટલે કે જે **નાદ સંભળાય રહયો છે** તે જ **મારું સાચું સ્વરુપ** છે – **પણ નાદબ્રહ્મ** છે – **માટે હું બ્રહ્મ છું** એમ પોતાના વિષેનો **સાચો ખ્યાલ અનુભવથી નક્કી કરવાનો** છે. વેદનું મહાવાક્ય છે કે **"અહ્મ બ્રહ્માસ્મિ".** હું બ્રહ્મ છું એમ સાબિત થાય છે. આમ અભ્યાસ કરતાં કરતાં અહંકાર પણ બ્રહ્મ હોવાપણાનો ભાવ કેળવતા કેળવતા આખરે બ્રહ્મરુપે થઈ જશે.

આમ **ત્રિવિધ અજપા જાપ કરવાથી** જ્યારે **સૂરતા શબ્દમાં સમાય જાય** એટલે કે **બ્રહ્મરુપે થઈ જાય, બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન થઈ** જાય અને **અહંકાર પોતે પણ બ્રહ્મનો ખ્યાલ કરીને** પોતાના **સાચા સ્વરુપ એવા બ્રહ્મરુપે સ્થિત થાય** ત્યારે **ચિતમાં બ્રહ્મ સિવાય બીજી કોઈ વૃતિ નહી રહેવાથી,** તેથી **ચિતમાં રહેલ જીવાત્મા એ બ્રહ્માત્મા બને** છે એટલે કે **આત્મા બ્રહ્મરુપે બને** છે, ત્યારે **તેને પુરુષ પણ કહેવાય.**

એક અનુભવી સંતનું કહેવું છે કે....

સૂરતા જગાડે નામને અને નામ જગાડે પ્રેમને,

પ્રેમ જગાડે પુરુષને અને પુરુષ જગાડે બ્રહ્મને.

બ્રહ્મરુપે થઈને પરાત્પર બ્રહ્મમાં જવાય. એટલે કે **વ્યષ્ઠિ કુટસ્થ બ્રહ્મરુપે બનીને સમષ્ટિ બ્રહ્મના મૂળ કેન્દ્રમાં** કે જેની સતા શક્તિથી બ્રહ્માંડ ચાલી રહયું છે. ત્યાં **પહોચીને કેવલ પદમાં કે નિર્વાણ ગતિને પામીને**; જેમ **તેજમાં તેજ ભળી જાય તેમ** અખિલ અસ્તિત્વ કે જે **પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા** કહેવાય, તેની **સાથે એકરુપ થઈ જાય** છે.

આમ **અજપા જાપ કરતાં** કરતાં **ચિત વૃતિ** જ્યારે **બ્રહ્માકાર થાય** છે **ત્યારે નામ સિધ્ધ થયું કહેવાય.** એ જ આપણું **સાચું નામ છે. 'હંસો'** એ **નામ અને નામી** (આત્મા-ઈશ્વર) બન્ને **એક જ છે.** એટલે કે એને **આત્માનું નામ** કે આત્માનું **શબ્દ સ્વરુપ પણ કહેવાય.** આપણા શરીરની અંદર જ્યાં સુધી **હંસો શ્વાસ-ઉચ્છવાસ** રુપે (અપાન-પ્રાણ રુપે) **ચાલે** છે, ત્યાં સુધી આપણે **જીવતા, ચેતનવંતા** કહેવાઈએ છીએ. તેમા જે શ્વાસમાં **"હં"** રુપે રહેલ છે તેને **શિવ** કહેવાય, **"સો"** રુપે રહેલ છે તેને **શક્તિ કહેવાય.**

આમ આપણી **અંદર શિવ-શક્તિનો ખેલ સતત ચાલી રહયો છે.** જ્યારે એ **ખેલ બંધ** થાય, ત્યારે **પ્રાણ પંખેરુ ઊડી ગયું** એમ **કહેવાય** છે. અથવા **હંસલો હાલ્યો ગયો** એમ કહેવામાં આવે છે. **અથવા** તો **નામ નીકળી ગયું** કે **ચેતનાનો પ્રવાહ આવતો બંધ થયો** એટલે **શરીર કામ કરતું બંધ થઈ ગયું** – તેને **દેહની મૃત્યુની સ્થિતિ** કહેવાય. આપણું **શરીર ચેતનની સતા-શક્તિ વડે જ કામ કરે છે.**

જેમ ઈલેકટ્રિકના બધા યંત્રો ઈલકેટ્રિકના પાવર વડે ચાલે છે તેમ આપણું શરીર પણ ચેતનના પાવર (સતા-શક્તિ) વડે ચાલે છે. આમ **વિશ્વમાં બધે** જ્યાં જ્યાં **ચેતન પ્રગટ થઈને પ્રાણ રુપે ચાલી રહયું છે તે શિવ-શક્તિના નૃત્ય સિવાય બીજું કંઈ નથી.** માટે પ્રાણ રુપે તે સર્વમાં સરખો (એક સમાન) જ છે. (જેમ દરેક યંત્રમાં વીજળી સરખી જ હોય છે.)

હવે આપણે **પાછા મૂળ વાત પર આવીએ.** આમ **ભજન કરતાં** કરતાં જ્યારે આપણી **ચિત વૃતિ બ્રહ્માકાર થાય** છે, ત્યારે **સૂરતા પોતે** પોતાની મેળે **એકધારી, સતત, અંખડ રુપે બ્રહ્માકાર સ્થિતિને પામ** છે ત્યારે **તેને નામ સિધ્ધ થયું કહેવાય.** તે સ્થિતિએ આપણને **હૃદયમાં ખૂબ જ આનંદ અનુભવાય** છે. કોઈપણ હાલતમાં આપણા **આનંદમાં ઓટ આવતી નથી. માયાનાં** બધા **આવરણો** જેવા કે **મનના મળ, બુધ્ધિના વિક્ષેપ તથા ચિતમાં રહેલ અહંકારનું** આવરણ **વગેરે ટળી** (મટી) **જાય છે.** અને હૃદયમાં **ખૂબ શાંતિ અને સંતોષ તથા આનંદની અનુભૂતિ સતત જળવાય રહે છે.**

આ દશાને બ્રહ્મદશા કહેવાય છે. ત્યારે હું-મારું વગેરે વગેરે મટી ગયું હોય છે. તથા સાધક નિઃસ્પૃહી થઈને જીવન મુક્ત બનીને રહે છે. (આ અવસ્થાને તુરિયા અવસ્થા પણ કહે છે.) આમ **નામનો મહિમા** ખૂબ **મોટો છે.** બધા સંતો-શાસ્ત્રો-વેદો-ઉપનિષદો વગેરેએ **નામનો** મહિમા ખૂબ જ **વખાણ્યો છે,** લખ્યો (વર્ણવ્યો) છે અને **ગાયો પણ છે.** કારણ કે **સાચું નામ** આપણને આ **સંસારના** દુખકારક **બંધનમાંથી છોડાવીને કાયમના** એવા **શાશ્વત સુખમા** લઈ જઈને **જન્મ-મરણના બંધનમાંથી મુક્ત કરે છે.**

આપણે **સાધનાની શરુઆત** કરી ત્યારે **પ્રથમ ભૂમિકાએ** (તબક્કાએ) આપણે **સદગુરુએ આપેલ ગુરુમંત્ર** અને તેના **જ્ઞાન-વિજ્ઞાન વડે સાધના કરતાં** કરતાં આપણી **સૂરતાને સાધી** અને આપણે **અનાહત નાદ, સૂરતા વડે સાંભળવા લાગ્યા.** ત્યાર બાદ **બીજી ભૂમિકા**માં આપણે **ધ્યાનનું કેન્દ્ર** કે જે **કુંભકના સ્થાને** (અનાહત કેન્દ્ર) **હતું;** ત્યાંથી **બદલીને ભ્રકુટીમાં** (કપાળની મધ્યમાં) કે જ્યાં **નાદ ગાજી-વાજી રહયો છે,** ત્યાં **સાંભળવામાં ધ્યાન રાખીને આપણી સૂરતા બ્રહ્માકાર બનાવી,** એટલે કે **સૂરતા શબ્દમાં સમાણી** અને **બ્રહ્મ રુપે થઈ.** એટલે કે **નામ સિધ્ધ થયું** કહેવાય.

હવે આપણે **સાધનાની ત્રીજી ભૂમિકાએ અજપા જાપ કરવાના** છે. તે **કેમ થાય તે સમજી લઈએ.**

આપણી **સૂરતામાં આત્માની બધી શક્તિઓ રહેલી છે.** તે **ઈન્દ્રિયો વગર** પોતાનુ (પોતપોતાનું) **કાર્ય કરે છે.** જેમ કે **નાદ સાંભળવાનું કે પ્રકાશ જોવાનું, સુગંધ લેવાનુ વગેરે.**

હવે **ધ્યાનના કેન્દ્ર ભ્રકુટી**એ કે જ્યાં **નાદ સંભળાઈ રહયો** છે, ત્યાં **આંતર દૃષ્ટિથી ધ્યાન**ને **કેન્દ્રિત કરવાનું** એટલે કે **તે જ કેન્દ્રમા આંતર દૃષ્ટિને લગાડીને નિરિક્ષણ કરવાનું** છે કે જે **નાદ સંભળાઈ રહયો છે, તે શબ્દનું સ્વરુપ કેવું છે.** {**આત્માની** જે **વૃતિ સાંભળે** છે **તને સૂરતા** કહેવાય અને જે **વૃતિથી જોવાય** (નિરિક્ષણ થાય) છે તેને નૂરતા કહેવાય.}

આમ **સૂરતાથી શ્રવણ થાય** અને **નૂરતાથી નિરિક્ષણ થાય.** ભ્રકુટીના કેન્દ્રમાં **સૂરતા સાંભળે** છે, **ત્યાં** જ **આંતર દૃષ્ટિ નૂરતા નિરિક્ષણ કરવા લાગે** ત્યારે **નૂરતા-સૂરતાથી અજપા જાપ શરુ થયો** કહેવાય. તેને જ **સાધનાની ત્રીજી ભૂમિકા** તરફ આગળ વધવા માટે **નૂરતાનો માર્ગ** (રોડ) **બનાવીને તે માર્ગ પર સૂરતા-શબ્દને ચડાવવાના** છે.

આત્માની સાંભળવાની **વૃતિ સૂરતા** છે. આંધળી તે **સાંભળી સકે પણ જોઈ ન શકે** અને **જોવાની વૃતિ નૂરતા** છે તે **જોઈ સકે પણ સાંભળી ન શકે.** માટે **બને શક્તિને એક સાથે કામે લગાડવાની** છે. કે **જેથી ત્રીજી ભૂમિકાએ પહોચી શકાય.**

(જેમ આપણે રાત્રીના અંધકારમાં હાથમાં ટોર્ચલાઈટ રાખીને આગળ અજવાળું કરતા જાઈય અને પગ આપણાં શરીરને લઈને રોડ પર ચાલતા રહે. તેવી જ રીતે નૂરતાથી પ્રકાશનો માર્ગ થતો જાય અને સૂરતા શબ્દને લઈને આગળ વધતી જશે.

આમ **અભ્યાસ કરતા** કરતા જેમ **જેમ સૂરતા નાદ સાંભળતા** સાંભળતા **વધુ ઊંડાણમાં ઉતરતી જશે** અને **નૂરતા પણ સાથે હશે**, તો **સૌ પ્રથમ તારા મંડળનો આછો પ્રકાશ**, ત્યાર બાદ ચંદ્ર મંડળ કે **થોડો વધુ ઊજળો પ્રકાશ** અને **ત્યાર બાદ વધુ આગળ વધતાં** (ઊંડાણમાં ઉર્ધ્વગામી) **સૂર્ય મંડળનો પ્રકાશ** (એટલે કે સૂર્ય નહી પણ તેનું અજવાળું હોય તેવો સફેદ પ્રકાશ અનુભવમાં આવશે.) **વગેરેની પ્રતીતિ** જુદા જુદા **નાદ સાંભળતા સાંભળતા થશે.** આમ **સૂરતા શબ્દ સાથે નૂરતાના માર્ગે ઉર્ધ્વગામી થઈને આજ્ઞા કેન્દ્રના સ્થાનમાં દાખલ થશે** કે જ્યાં **ગુરુનું જ્યોતિ સ્વરુપ છે.**

ત્યાં **જ્યોતિ સ્વરુપના દર્શન** થશે. અને સાધક પોતે કૃતજ્ઞતા-ધન્યતા અનુભવશે. (એટલે કે કાર્ય સંતોષપૂર્વક પાર પાડયાનો આનંદ.) કારણ કે **ત્યાં પહોચતા દશમો ધ્વાર** (બ્રહ્મ રંધ કે દિવ્ય દૃષ્ટિ કે ત્રીજું નેત્ર) **ખુલી જાય,** ત્યારે **તે રંધ્રમાંથી સહસ્ત્ર દળમાં પ્રકાશ સ્વરુપે રહેલ પરમાત્માના દર્શન થાય** છે. આમ જ્યારે **નૂરતા-સૂરતાના યોગથી અજપા જાપ કરતાં કરતાં આગળ વધીને આજ્ઞાચક્ર** કે જ્યાં ગુરુનું જ્યોતિ સ્વરુપ છે **ત્યાં ગુરુના શરણમાં સમાય જાય છે.**

એટલે કે **સાધક** પોતે પોતાના **આત્મ સ્વરુપને પામે** છે. **ત્યારે આપણો આત્મા જ આપણો ગુરુ બને** છે. **આજ્ઞાચક્ર** એટલે **જ્ઞાનનું કેન્દ્ર** એટલે જ્યાંથી **જ્ઞાન નિકળી રહયું છે** તેને **બુધ્ધિનું કેન્દ્ર પણ કહેવાય.** આપણું આ કેન્દ્ર જાગૃત થતાં આપણી **બુધ્ધિમાં આત્મ પ્રકાશ થવાથી** તે **પ્રજ્ઞાવાન બનશે** તે **પજ્ઞાનમ બ્રહ્મ** તેથી આપણો **આત્મા અને નાદ બ્રહ્મ બને એકરુપ થાય** ત્યારે **એ જ બ્રહ્મ** છે.

આમ **જ્યારે આપણે** પહેલી, બીજી અને ત્રીજી **ભુમિકાઓ એક પછી એક સર કરતા** જતા **હોઈએ** ત્યારે આપણા **શ્વાસો-ઉચ્છવાસની ગતિમાં સહજતાથી ફેરફાર થતા રહે છે.** જેમ **જેમ** આપણી **સૂરતા શબ્દ સાથે ઊંડાણમાં ઉતરતી જાય** તેમ **તેમ આપણા અપાન અને પ્રાણ** (એટલે કે શ્વાસ-પ્રશ્વાસ) **બને સમાન રુપ** (લંબાઈમાં સરખા થઈને) **ચાલવા માંડે.** બનેનો સમય પણ સરખો થઈ જાય છે. એટલે કે **જેટલો સમય શ્વાસ લેતા થાય તેટલો જ સમય શ્વાસ બહાર કાઢતા થાય.**

ધીમે ધીમે ઈન્દ્રિયોની અને મનની બહારની બધી પ્રવૃતિઓ બંધ પડશે ત્યારે **પ્રાણ શક્તિ એકદમ સમતોલ અને સ્થિર થશે.** ત્યારે **શ્વાસ એકદમ ટૂંકા** (ધીમા-હલકા) કે જેને આપણે

કહીએ તો માત્ર બે આંગળની જ ગતિ કરતા હોય છે. (જેમ ઘરમાં આવેલું લાઈટનું મીટર બધી લાઈટો, પંખા કે ટેલીવિઝન વગેરેનો બધો લોડ, સ્વીચ બંધ કરીને કાપી નાખીએ અને માત્ર જીરો વોટનો બલ્બ ચાલુ રાખીએ ત્યારે આપણું મીટર એકદમ ધીમું કે જાણે ચાલતું ન હોય તેમ થઈ જાય છે.)

કારણ કે **ઊર્જાનો વપરાશ બિલકુલ ઓછો થયો હોય** તેમ આપણા **પ્રાણની શક્તિ મન અને ઈન્દ્રિયો પાછળ વપરાતી બંધ થાય** છે ત્યારે **પ્રાણ એકદમ ટૂંકા થઈ જાય** છે. ત્યારે **પ્રાણ સમતોલ થાય** છે. ત્યારે **બને કુંભકના સ્થાનો મધ્યમાં ભેગા થઈ જાય** છે. જ્યારે **પ્રાણની આ સ્થિતિ આવે** છે ત્યારે **પ્રાણ અને અપાન ભેગા મળીને એક જ માગ** (રોડ) **પર ચાલવા માંડે** છે. **સામાન્ય રીતે પ્રાણ જમણી નાડી** (ઈડા-ઈંગળા) **કે ડાબી નાડી** (પીંગળા) **મારફતે ચાલતા હોય** છે. પરંતુ **જ્યારે પ્રાણ સ્થિર થાય** છે, ત્યારે **સહજ રીતે કુંભક થઈ**ને **સૂખમણા** (સુષુમણા) **નાડીમાં પ્રવેશ કરે** છે.

અને **તે મધ્ય (સૂખમણા) નાડીમાં પ્રાણ** (બને પ્રાણ તથા અપાન સાથે એક જ માર્ગ પર) **ચાલતા હોય** ત્યારે તે **પ્રાણની ઠોકર લાગતી રહેવાથી કુંડલીની શક્તિ અનાયાસે જાગી જશે.** અને **પ્રાણ રુપે બનીને સૂખમણા નાડીમાં ઉર્ધ્વગામી થઈ**ને **સૂરતા શબ્દની સાથે મળીને એક રુપ થાય** છે. (આ પ્રક્રિયા સહજ રીતે થાય છે) આમ **ત્રીજી ભુમિકાએ પહોચતા** ત્યાં....

સૂરતા – કહેતા **નિજ મન** – **વિષ્ણુ.**

શબ્દ – કહેતા **નાદબ્રહ્મ** – **બ્રહ્મા.**

કુંડલીની શક્તિ – **પ્રાણ** – કહેતા **ગતિશક્તિ** – **મહેશ.**

આમ **મન, પવન, બ્રહ્મ** જ્યારે એક સ્થાને **(આજ્ઞાચક્ર**માં) મળે છે, ત્યારે **ચેતનની છૂટી પડી ગયેલી શક્તિઓ મળે** છે ત્યારે તેના **આખા સ્વરુપ** (મૂળ સ્વરુપ) **નું જ્ઞાન થશે.** એટલે કે પોતાના **મૂળ સ્વરુપ આત્માની પ્રતીતિ** થશે. આમ પોતાના મૂળ સ્વરુપ એવા **આત્માનું ભાન થતાં** પોતાના **આત્મ સ્વરુપમાં સ્થિત થઈ જશે.**

આ **ત્રીજી ભૂમિકાની સ્થિતિમા** રહેવાથી ખોટો પકડાયેલો **અહંકાર છુટી જશે.** પોતે **શુધ્ધ, બુધ્ધ અને મુક્ત આનંદ સ્વરુપ** છે **એવી પ્રતીતિ થતી રહેશે.** અને **જીવન મુક્ત દશામા** પોતાનુ **શેષ જીવન વિતાવશે.** પ્રજ્ઞામાં સ્થિત થઈને રહેશે. ત્યારે **ગીતામાં જે સ્થિતપ્રજ્ઞના જે લક્ષણો કહેવામાં આવ્યા છે તે બધા લક્ષણો** જેમ કે દુખ પડે તો ઉધ્વેગ ન થાય; જગતના સુખો મેળવવાની ઝંખના મટી જાય. રાગ, ભય, ક્રોધ મટી જાય. ઈન્દ્રિયો પોતપોતાના વિષયોમાંથી ઉપરામ થઈને આત્માને વાસ્તે જ કાર્ય કરવા લાગે. વગેરે વગેરે રીતે **મન પોતાની બધી**

ઈચ્છાઓ છોડીને અન ઈન્દ્રિયો પોતપોતાના વિષયોને છોડીને આત્મામાં જ સંતોષપૂર્વક રહે છે. અને બ્રહ્માનંદ મેળવીને બ્રહ્મદશામાં રહે છે, તેને જીવનમુક્ત દશા કહેવાય કે જેણે હું-મારું-આસક્તિ છોડીને માયાથી અસંગ તથા નિ:સ્પૃહ રહીને ચિતમાં કાયમ માટે શાંતિ, સંતોષ, આનંદ રહેતા હોય છે.

આપણે અગાઉ જોઈ ગયા છીએ કે **ચેતનમાંથી ત્રણ શક્તિઓ સૌ પ્રથમ ઉત્પન્ન થઈ** છે.

આલેખ સ્વરુપમાં મુકી સમજીએ

મૂળ ચેતન (પરમ આત્મા – આત્મા)

↓

↓ ↓ ↓

સર્જન શક્તિ	**પાલન શક્તિ**	**ગતિ શક્તિ (કુંડલીની શક્તિ)**
નાદરુપે બ્રહ્મા	જ્ઞાનરુપે વિષ્ણુ	પ્રાણરુપે-પવન-કુંડલીની શક્તિ શિવ-મહેશ
અક્ષર-શબ્દો-વાક્યો બનીને અનેક રચના થાય માટે	જ્ઞાન-પ્રકાશ-તેજ બુધ્ધિ	સતત પરિવર્તન કે રુપાંતર કર્યા કરે શક્તિઓ મારફતે
રજોગુણ	**સત્વગુણ**	**તમોગુણ**

આ **ત્રિગુણી શક્તિ જ્યારે પાછી એક સ્થાને ભેગી થાય** ત્યારે આપણું **મૂળ સ્વરુપ એવા ચેતન, આત્માને** આપણે **પામ્યા કહેવાય.** એમ **વિખરાઈ** ગયેલી **શક્તિને પાછી ભેગી કરીને એકરુપ કરવાની** આ **સાધનાની ત્રીજી ભૂમિકા છે.** આમ **ત્રીજી ભૂમિકા દરમ્યાન નૂરતા-સૂરતાના અજપા જાપનો અભ્યાસ ચાલતો હોય** ત્યારે **પ્રાણોની** ગતિમાં **સહજતાથી ફેરફાર** થઈને **સમાન** બનીને **સરખા સમયાંતરે ચાલવા લાગે** છે અને **ધીમે ધીમે બન્ને પ્રાણ સમતોલ થઈને એક બીજામાં ભેગા થઈને મધ્યમા નાડી** (સુખમણા નાડીમા) **ચાલવા લાગે** છે, ત્યારે **સહજતાથી અનાયાસે કુંડલીની શક્તિ જાગે** છે. (તે પ્રક્રિયાને **વચનની જાગૃતિ થઈ** તેમ પણ કહેવાય) તે **કુંડલીની શક્તિ,** (વચન), **વાયુરુપે થઈને પ્રાણનો આધાર લઈને** આપણા **શરીરમાં જ્યાં જ્યાં પ્રાણ પહોચે, ત્યાં ત્યાં બધે તે શક્તિનો પ્રવાહ પહોચીને તેનું કાર્ય કરે** છે. અને **કુંડલીની શક્તિ**

પ્રાણનો આધાર લઈને સુખમણા નાડી મારફતે આજ્ઞાચક્રમાં પહોચે છે, કે **જ્યાં ત્રણે શક્તિઓ ભેગી થાય છે. તે શક્તિઓ ....**

૧. **મન (સૂરતા)**

૨. **પવન (કુંડલીની શક્તિ)**

૩. **બ્રહ્મ (અનાહતનાદ) થી ઓળખાય છે.**

આમ **જ્યારે કુંડલીની શક્તિનું જાગરણ થઈ જાય** ત્યાર બાદ **આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવાના** આપણા **પ્રયાસો પૂરા થાય** છે. અને **ઈશ્વરની** (વચન, ગુરુ, કુંડલીની શક્તિની) **પ્રેરણા અનુસાર વિકાસ થતો રહ** છે. ત્યાર **પછીની ભૂમિકાઓમાંથી આપણે જેમ જેમ પસાર થતાં જઈશું તેમ તેમ તેના અનુભવો થતા રહેશે.**

અને **આખરે તે શક્તિ** આપણા મૂળ સ્વરુપ આત્માને પરમાત્મા તરફ આગળ વધારતા અંતે **આત્માનું પરમાત્મા સાથે મિલન કરાવીને એકરુપ કર** છે. જેમ બુંદ–ટીપું સાગરમાં સમાય જાય – જેમ સૂર્યનું એક કિરણ પાછું સૂર્યમાં સમાય જાય તેમ **વ્યષ્ટિરુપ આત્મા સમષ્ટિરુપ પરમાત્મા સાથે એકરુપ થઈ જાય** છે.

આમ આપણી **સાધનાની ત્રણ ભૂમિકાઓ ....**

ભૂમિકા	**ધ્યાનનું કેન્દ્ર**	**જાપની રીત**	**મનની પ્રગતિ**
પહેલી.	કુંભક સ્થાન નાભિ પાસે	મન–પવનથી છ શબ્દોની માળા	સૂરતા સધાણી નામની જાગૃતિ
બીજી.	ભ્રકુટી–સ્થાન કપાળનું મધ્ય	સૂરતા શબ્દથી અજપા જાપ	મન (અંતઃકરણ) બ્રહ્મરુપે થયું, નામ સિધ્ધ થયું
ત્રીજી.	અંદરના ભાગે આજ્ઞા ચક્રના સ્થાને	નૂરતા–સૂરતાના વિજ્ઞાનથી અજપા જાપ	મન–બ્રહ્મનું પ્રાણ (કુંડલીની) સાથ મિલન, વચનની જાગૃતિ, જ્યોતિ દર્શન

હવે **ચોથી ભૂમિકા પહોચવા માટે આપણે કોઈ પણ પ્રકારની સાધના કે તેના માટેના પ્રયાસો કરવાના નથી.** પણ જેમ આપણે ચાલીને મુસાફરી કરતા હોઈએ ત્યારે આગળ વધવા માટે પગ વડે પ્રયાસ કરવો પડે છે. પણ કોઈપણ વાહનમાં બેસી જઈને મુસાફરી કરીએ તો કોઈપણ જાતના પ્રયાસ વગર મુસાફરી કરી સકીએ છીએ. તેમ **ચોથી ભૂમિકામા** આગળ વધવા માટે પોતાના **મૂળ સ્વરુપ એવા બ્રહમમાં રુપાંતર પામેલું મન,** જાગૃત થયેલ **કુંડલીની શક્તિ કે જેને વચન પણ કહેવામાં આવે** છે, **તેની સાથે સૂરતાના તારનો છેડો જોડી દેવામાં આવે** તો **કુંડલીની શક્તિ** પોતાના મેળે જ **વિકાસ પામતી સૂખમણા નાડી મારફતે આગળ વધતા બંકનાળના રસ્તે દાખલ થઈને ઉર્ધ્વગમન કર** છે. અને **ત્રિકુટીના સ્થાનમાં દાખલ થાય** છે. **ત્યાં** પણ **આંતરનાદ** જેવા કે ઘંટનાદ, શંખનાદ, મેઘ ગર્જના વગેરે વગેરે **સતત અનુભવાય છે.**

આમ **ત્રીજી ભૂમિકાએ મન બ્રહમ સાથે મળીને બ્રહમરુપે થયેલ** છે, તે **બ્રહમને સબળ બ્રહમ કહેવામાં આવે** છે. કારણ કે હજુ **તેમાં માયાની છાયા એટલે કે સુક્ષ્મ કર્મો બીજરુપે સંચિત થયેલા છે.** તે સુક્ષ્મ **બીજોનો નાશ બ્રહમઅગ્નિથી થાય** છે. એટલ કે **ત્રિકુટીના સ્થાને પોતાની મેળાએ કોઈપણ જાતના પ્રયાસ વગર એકધારો સતત નાદ ચાલી રહયો છે.** ત્યાં બ્રહમાકાર વૃતિ **(સૂરતા) તેની સાથે જોડાઈ જવાથી સુક્ષ્મ બીજોનો પણ નાશ થાય** છે. તે **સબળ બ્રહમમાંથી કુટસ્થ બ્રહમ** (માયા રહિત બ્રહમ) **બને** છે. તે **ત્રિકુટીના સ્થાનને માન સરોવર પણ કહેવાય છે.**

એ **કુંડલીની શક્તિની મદદથી ત્રિકુટીમા** (માન સરોવરમાં) **સફર કરીને પૂર્ણરુપે પવિત્ર થઈને કુટસ્થ બ્રહમ** (શુધ્ધાત્મા) **માન સરોવરમાંથી બહાર નીકળીને સદાશિવ જ્યાં બિરાજેલા છે** (એટલે કે સહસ્ત્ર દળ) **તે તરફ કુંડલીની શક્તિ પ્રયાણ કરે** છે. તે **શક્તિ સદાશિવમાંથી નિકળેલી, તે પાછી પોતાના મૂળ સ્વામી સાથે મળી જાય છે.** ત્યારે **તેની સાથે જોડાયેલ કુટસ્થ બ્રહમ** ("હંસો") પણ **સદાશિવના શરણે પહોચી જાય** છે. **શિવના દર્શન કરીને પોતાનું કલ્યાણ કરે** છે. **એટલે** કે પોતામાં રહેલ **સુક્ષ્મ અહંકારથી પણ મુક્ત થઈને શુધ્ધાત્મારુપે બની જાય** છે.

આમ **ચોથી ભૂમિકાનું સ્થાન ત્રિકટી** છે. **કુંડલીની શક્તિની મદદથી** ત્યાં કોઈ પણ જાતના **પ્રયાસ વગર અજપા જાપ ચાલે** છે. અને **સંચિત કર્મોનો નાશ થઈ જાય** છે. અને પોતે **શુધ્ધ કુટસ્થ બ્રહમરુપે થઈ જાય** છે. ત્યાંથી **આગળ વધતાં પાચમી ભુમિકાનું સ્થળ સહસ્ત્રદળ** છે જેમાં **સદાશિવ બિરાજમાન** છે. **ત્યાં** પણ **કુંડલીની શક્તિ લઈ જઈને સદાશિવના દર્શન કરાવે** છે. તેથી તેનું **કલ્યાણ થાય** છે અને **કાળ તથા માયાથી મુક્ત** બને છે.

આમ **પાચમી ભૂમિકાએ** જ્યારે **સદાશિવના દર્શન** (ઘેરો પ્રકાશ) થશે, ત્યારે પોતાનું **જીવપણું છુટી જશે.** અને **શિવરુપે બનીને કાળ તથા માયામાંથી સંપૂર્ણ રીતે મુક્ત થઈ**ને પોતામાં

સાક્ષીપણાનો ભાવ અનુભવાશે. અને **પીંડ અને બ્રહ્માંડથી પણ પર થશે** એટલે કે **સ્થૂળ દેહાધ્યાસ તથા બ્રહ્માકાર થયેલ સૂક્ષ્મ દેહ** (અંતઃકરણ) અને **સુક્ષ્માતિ સુક્ષ્મ** જે **બીજકને લઈને થયેલો કારણ દેહ,** એમ **ત્રણે દેહથી મુક્તિ** થઈને **શુધ્ધ, બુધ્ધ અને મુક્ત** એવા **ચૈતન્યસ્વરુપ આત્મામાં સ્થિત થશે.**

આમ **મનનું રુપાંતર ક્રમબધ્ધ જોઈએ** તો **સાધનાની શરુઆતમાં છ શબ્દોનું રટણ કરતા અંતરમુખી** થયું એટલે કે **સૂરતામાં રુપાંતર** થયું, **ત્યારે દેહાધ્યાસ છુટી ગયો.** ત્યાર **બાદ સૂરતા વડે અનાહત નાદ કપાળની મધ્યમાં ભ્રકુટીના સ્થાને સાંભળતા** સાંભળતા **સૂરતા શબ્દમાં સમાઈ** અને **નૂરતાના માર્ગ** (રોડ) **ઊપર આગળ વધતાં આજ્ઞાચક્રમાં કેન્દ્રિત** થઈ ત્યારે **સૂરતા પૂર્ણરુપે બ્રહ્માકાર થઈ** એટલે કે **મનનું રુપાંતર સબળ બ્રહ્મમાં** થયું. **ત્યાં તેનું મિલન કુંડલીની શક્તિ સાથે થતાં** અને **બંકનાળમાં થઈને આગળ વધીને ત્રિકુટીએ અભ્યાસ કરતાં** કરતાં **તેનું રુપાંતર કુટસ્થ બ્રહ્મમા** થયું અને **ત્યાંથી આગળ વધીને ઉર્ધ્વગામી** થતાં **સહસ્ત્રદળ** કે **જ્યાં સદાશિવ બિરાજમાન** છે તેના **દર્શન કરીને શુધ્ધ આત્મામાં મનનું રુપાંતર** થયું. આમ **આખરમાં મન રુપાંતર થતાં** થતાં પોતાના **મૂળ સ્વરુપ એવા ચૈતન્ય આત્મામાં સ્થિત થયું.** આ સ્થિતિને પોતાના **હોવાપણાંના બધા સંકલ્પો છોડીને સૂરતા શૂન્યપણાને પામી** તેને **ઉનમુની દશા** કે **શૂનપણું કહેવાય.**

આમ **ઈન્ડ, પીન્ડ અને બ્રહ્માન્ડમાંથી મુક્ત થઈને જીવ** જ્યારે **શિવ રુપે થયો** એટલે કે **માતાના ગર્ભમાં જીવ હતો ત્યારે ઈન્ડાકારે** (જેમ ઈન્ડામાં રસ રુપે પક્ષીનો જીવ હોય તેમ માતાનું ગર્ભ ઈન્ડાકારે હોય છે.) તેમા **જીવ સૌપ્રથમ રસ રુપે** હોય છે. તેમાંથી **સુક્ષ્મરુપ અને સ્થૂળ થતા** નાના **બાળકરુપે જ્યારે ગર્ભમાંથી બહાર આવે** છે ત્યારે **ઈન્ડમાંથી મુક્ત થયો** કહેવાય. ત્યાર બાદ **પીન્ડરુપી દેહમાંથી અભ્યાસ કરતા** કરતા, જ્યારે **દેહાધ્યાસ છૂટે છે ત્યારે પીન્ડમાંથી મુક્ત** થયો કહેવાય. ત્યાર **બાદ સુક્ષ્મદેહ એટલે કે અંતઃકરણમાં જીવ અહંકાર રુપે રહેલો** હોય છે ત્યારે **વધુ અભ્યાસ કરતા** કરતા, **અહંકારમાંથી છૂટીને પ્રથમ સબળ બ્રહ્મ** અને ત્યાર **બાદ કુટસ્થ બ્રહ્મ** રુપે **થઈને સુક્ષ્મ બીજકમા રહેલા સંચિત કર્મોથી છુટકારો થાય** છે. **ત્યારે બ્રહ્માંડમાંથી મુક્ત થયો કહેવાય.** આમ **ઈન્ડ, પીન્ડ અને બ્રહ્માંડમાંથી યોગ્ય અભ્યાસ વડે જીવમાંથી શિવરુપે થઈને** પોતાનું **કલ્યાણ કરે છે.**

આમ જ્યારે **પાંચમી ભૂમિકાએ જીવ પોતાના મૂળસ્વરુપ** એવા આત્મામાં જ્યારે **સ્થિત થાય** છે, ત્યાં સાવ **(માત્ર-તદન) શૂન્ય છે.** પોતાને **શૂન્યપણાનો અનુભવ** થાય છે. ત્યાં કોઈ દેશ, કાળ કે વસ્તુ નથી. કોઈ ઊપર-નીચે કે આગળ-પાછળ કે કોઈ દિશાઓ (પૂર્વ, પશ્ચિમ, ઉતર, દક્ષિણ) એવું કાંઈ પણ નથી. માત્ર **શૂન્યપણુ** જ છે. માત્ર **શૂનકાર કે આસમાની મૌન વખતે પોતે પોતાને જ સાંભળે** છે. પોતે **શુધ્ધ કુટસ્થ બ્રહ્મરુપે પોતાનો જ બ્રહ્મનાદ** (પ્રણવનાદ) **સાંભળે** છે. **ત્યાં** પોતાના **શૂન્યપણા સિવાય બીજું કંઇ નથી.** ત્યાંથી **છઠ્ઠી ભૂમિકા**એ આગળ

જવા માટે **પોતા પાસે કોઈ ઉપાય નથી કે કોઈ બીજો માર્ગ નથી.** ચારે બાજુ કે ઊપર નીચે **બધે મહાશૂન્ય** (મહાઆકાશ) **ફેલાયેલું છે. આત્મા પોતે પોતાના વ્યષ્ટિ કેન્દ્રમાં** (શૂન્યમાં) સ્થિત છે. ત્યાંથી **છઠઠી ભૂમિકા કે જેને સતલોક,** સચખંડ કે સદગુરુનો દેશ વગેરે શબ્દો વડે કહેવામાં આવે છે તે **સમષ્ટિ બ્રહ્માંડનું કેન્દ સ્થાન** છે. તેને **છઠઠી ભૂમિકા** કહેવાય છે.

છઠઠી ભૂમિકાએ **પહોચવા માટે જેમ લોખંડનું મોટું ચુંબક લોખંડના નાના ચુંબકને;** તેના **ચુંબકીય ક્ષેત્રમાં જ્યારે નાનું ચુંબક આવ** અને મોટા ચુંબકના ઉતર ધ્રુવ (+ભાર) સામે જ્યારે નાના ચુંબકનો દક્ષિણ ધ્રુવ (–ભાર) આવે ત્યારે **નાનુ ચુંબક આપોઆપ મોટા ચુંબક તરફ ખેંચાય જાય** છે. અને **મોટાની સાથે નાનું જોડાઈ જાય** છે. તેવી જ રીતે **વ્યષ્ટિ બ્રહ્મ સમષ્ટિ બ્રહ્મના કેન્દ્રમાં ખેંચાય તેની સાથે ભળી જાય** છે.

એટલે કે **તે ભૂમિકાએ પહોચી જાય** છે. ત **સ્થાનને અમરલોક કે સદગુરુનો દેશ** કે જ્યાં **સત્ય સિવાય બીજું કાંઈ છે જ નહી.** આમ **ઈન્ડ, પીન્ડ અને બ્રહ્માંડથી પર થઈને પોતાના મૂળ અમર લોકમાં પહોચી જાય** છે. **પાચમી ભૂમિકાથી છઠઠી ભૂમિકાએ જે રીતે જવાય** છે તેની **સદગુરુની કૃપા કે પરાત્પર બ્રહ્મ એવા પરમાત્માની કૃપા** માત્રથી જ ત્યાં પહોંચાય છે. તે સદગુરુ **બધા ગુરુઓના પણ સદગુરુ** છે **તેનાં તેજથી બધા ગુરુઓ કાર્ય કરતા હોય** છે.

બધા **ગુરુઓ માત્ર નિમિત હોય** છે. તેને **બધાને સમષ્ટિ કેન્દ્રમાંથી જ ચેતના મળતી રહેતી હોય** છે. બધા **ગુરુઓનું જોડાણ સમષ્ટિ કેન્દ્ર સાથે જોડાયેલું હોય** છે. તેથી **તેની સતા શક્તિ બધાં ગુરુઓમાં કામ કરતી હોય** છે. **ગુરુઓ માત્ર નિમિત થઈને કાર્ય કરે** છે. તેનામાં **કર્તાભાવ કે કોઈપણ જાતની વૃતિ હોતી નથી.** બધા **કાર્યો સહજભાવે સરળતાથી થતા હોય** છે. તે ધ્વન્ધ્વથી પર આનંદ સ્વરુપે, ગુણાતિત, ભાવાતિત, એક જ સ્વરુપે, નિત્ય ચલિતમાન થયા વગર શુધ્ધ સ્વરુપે થઈને સદગુરુના શરણમાં હમેશાને માટે રહે છે. આમ **દાસના પણ દાસ થઈને** (એટલે કે આખા જગતની સેવા પરમાત્માની પરમ શક્તિ કરે છે. તેથી **પરમાત્મા જગતના દાસ કહેવાય) નિમિત બનીને પરમાત્માનું કાર્ય કરે** છે. **એટલે** જે **છઠઠી ભૂમિકાએ પહોચીને કાર્ય કરે છે તેને દાસાનુંદાસ કહેવાય.** (પાંચમી અને છઠઠી ભૂમિકા વચ્ચે જે મહાકાશ આવેલું છે તેને મહાશૂન્ય કે બ્લેકહોલ કે અંધારિયો ખંડ પણ કહેવાય. ત ખંડ પસાર થયા પછી સચખંડ આવે, તે જાણ માટે.)

આમ **અજ્ઞાન અવસ્થામાં જીવ જ્યારે ઇન્દ્રિયો અને અંતઃકરણ ધ્વારા બહિર્મુખી રીતે વર્તે છે ત્યારે તેને મન કહેવાય** છે. અને **એ મન વડે જ હું – મારું પકડાય ગયેલું હોય છે.** અને દુખી થાય છે. પરંતુ **સાધના કરતા કરતા મન જીવમાંથી શિવ બને** છે.

દાસાનુંદાસના જય ભગવાન

૧૮.૦ સાધનાની સાત ભૂમિકાઓ

સૂરતા-શબ્દનો
અભ્યાસ કરતાં કરતાં
મન/જીવ પોતાની
પ્રગતિ જે ક્રમબધ્ધ
રીતે કરે છે તેનું
વર્ણન સંક્ષિપ્ત રીતે
નીચેના કોઠામાં
કરવામાં આવેલ છે.

સાધના દરમ્યાન
અનુભવાયેલ મારા
અંતરઘટના સ્વ-
અનુભવોનું શબ્દોમાં
રુપાંતર કરીને કોઠો
તૈયાર કરેલ છે.

૧૮.૧ સાધનાની ભૂમિકાનો કોઠો

ભૂમિકા	ધ્યાનનું કેન્દ્ર	અભ્યાસનું વિજ્ઞાન	મનનું રુપાંતર અથવા જીવની પ્રગતી
પહેલી	આંતરિક કુંભક – નાભી પાસે. અપાન લય પામે અને પ્રાણ હજી ઉઠયો ન હોય ત્યાં વચ્ચેના ગાળામાં ધ્યાન કરવું.	છ શબ્દોને પ્રાણની રીધમમાં બેસાડીને મન-પવનની માળા કરવી.	મનનું અંતર મુખી બનવું ને સૂરતામાં ભળવો રુપાંતર થવું – અનાહત નાદ સાં. નામની જાગૃતિ થવી. મનમાં આનંદ ઉભરાવો.
બીજી	કપાળ અને નાક જે સ્થાને મળે છે તે કપાળના મધ્ય સ્થાન ભ્રકુટિએ ધ્યાન કરવું.	સૂરતા વડે અનાહત નાદ સાંભળવામાં સ્થિર થવું. એટલે કે અજપા જાપ કરવા.	અંતઃકરણનું એટલે કે મનનું સબળ બ્રહમમાં રુપાંતર થવું. સૂરતાનું નાદ બ્રહ્મ – શબ્દમાં સમાઈ જવું. નામ રુપે સિધ્ધ થવું.
ત્રીજી	આજ્ઞા ચક્ર મેરુદંડમાં મસ્તકમાં જ્યાં મોટુ મગજ આવેલ છે. મોટા મગજના કેન્દ્રને આજ્ઞા ચક્ર કહેવાય છે. કારણ કે બધી આજ્ઞાઓ ત્યાંથી નીકળે છે. ત્યાં રહીને મન કાર્ય કરે છે. તે સ્થાને ધ્યાન ધરવું. (બ્રહમાની ઓફીસ કે અંતઃકરણ પણ કહેવાય.)	સૂરતા-શબ્દની એકતા સધાય ગયા બાદ નુરતાના પ્રકાશના માર્ગે આગળ વધતા જ્યારે આજ્ઞાચક્ર પાસે પહોચે ત્યારે ત્યાં નૂરતા અને સૂરતા બન્નેને આજ્ઞા ચક્રે સ્થિર કરીને નૂરતા-સૂરતાના વિજ્ઞાન વડે અભ્યાસ કરવો.	નૂરતા-સૂરતાના વિજ્ઞાન વડે અભ્યાસ કરતા રહેવાથી સહજતાથી પ્રાણ-અપાન સમાન-સમતોલ તથા એક રુપ થઈને સુખમણાના માર્ગ પર ચાલતા થશ અને વિકાશ પામીને આજ્ઞા ચક્રના સ્થાને પહોચશે જેથી સબળ બ્રહમ રુપે થયેલ મનનું કુંડલીની શક્તિ સાથે મિલન થશે. કુંડલીની શક્તિ મનને લઈને આધ્યાત્મિક સફર શરુ કરશે. કુંડલીની શક્તિ જાગૃત થઈ એટલે વચન જાગૃત થયું કહેવાય.

ભૂમિકા	ધ્યાનનું કેન્દ્ર	અભ્યાસનું વિજ્ઞાન	મનનું રુપાંતર અથવા જીવની પ્રગતી.
ચોથી	ત્રિકુટી મેરુ દંડમાં જ્યાં મોટું મગજ આવેલ છે ત્યાંથી મસ્તકના પાછળના ભાગે સહેજ નીચે જતાં પાણી ભરાયેલ ભાગમાં નાનુ મગજ તરતું હોય છે. તે નાના મગજના કેન્દ્રને ત્રિકુટી કહેવામાં આવે છે – તે ત્રિકુટી અમર લોક અને મૃત્યુ લોકને જોડતી કડી છે – જે પાણીમાં નાનુ મગજ તરતુ હોય છે તેને શાસ્ત્રોમાં માન સરોવર પણ કહે છે – તેને ત્રીજી આંખ, શિવ નેત્ર કે બુધ્ધિનું કેન્દ્ર - ઋતુંભરા પણ કહેવાય છે.	જ્યારે આજ્ઞા ચક્રના સ્થાને સબળ બ્રહ્મ અને કુંડલીની શક્તિનું મીલન થાય છે. ત્યાર બાદ સાધના માટેના કોઈ પ્રયાસ કરવાના નથી રહેતા. કુંડલીની શક્તિ એના સહજ સ્વભાવે કરીને મોટા મગજ અને નાના મગજને જોડતી બંકનાળ મારફતે આગળ વધે છે. તેની સાથે સબળ બ્રહ્મ જોડાયેલ હોવાથી ઉર્ધ્વગમન કરીને ત્રિકુટીમાં દાખલ થઈ જાય છે. સફર દરમ્યાન જુદા-જુદા ઘંટનાદ-શંખનાદ વગેરે સાંભળવાની પ્રક્રિયા ચાલતી હોય છે અને તે દરમ્યાન સંચીત કર્મોનો પણ નાશ થઈ જાય છે.	આમ કુંડલીની શક્તિની મદદથી આંતર નાદ સાંભળતા સાંભળતા સબળ બ્રહ્મનું કુટષ્ઠ બ્રહ્મ-શુધ્ધ આત્મામાં રુપાંતર થાય છે અને માન સરોવરમાં નાહીને પવિત્ર થઈને મહાશિવના દર્શન કરવાને યોગ્યતા કેળવે છે. એટલે કે શિવદર્શન કરવા માટે શિવનેત્ર કે ત્રીજું નેત્ર કે દિવ્ય દૃષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય છે. જ્યારે આ ત્રીજુ નેત્ર ખૂલે છે ત્યારે તેને દશમો ધ્વાર ખૂલ્યો એમ પણ કહેવાય. તેને બ્રહ્મ રંધ્ર પણ કહેવાય.
પાચમી	સહસ્ત્ર દળ કમળ મેરુદંડના છેક ઉપરના ભાગે જે સાતમું ચક્ર આવેલ છે, તેને સહસ્ત્ર દળ કમળ કહે છે કારણ કે ત્યાં હજારો સૂર્યના પ્રકાશ સમાન પ્રકાશ ઝળહળતો રહે છે.	જ્યારે ચોથી ભૂમિકાના અંતે ત્રીજું નેત્ર કે બ્રહ્મ રંધ્ર ખૂલે છે તેના ધ્વારા સહસ્ત્ર દળના સ્થાને બિરાજમાન સદાશિવ કે ઈશ્વરના દર્શન કરવાનાં હોય છે. પ્રણવ નાદ સંભળાય છે.	આવી રીતે જ્યારે બ્રહ્મ રંધ્ર મારફતે દિવ્ય દૃષ્ટિથી, ત્રીજા નેત્ર વડે ઈશ્વર દર્શન થાય છે ત્યારે તે આત્મા – કુટસ્થ બ્રહ્મ – શિવ રુપે થાય છે. અને કાળ તથા માયાથી મુક્તિ મેળવે છે. ને પોતે જ શુન્ય સ્વરુપે થાય છે.

આમ **"પાંચે પરમેશ્વર"** એટલે કે પાંચ ભૂમિકા સફળતા પૂર્વક પસાર કરવામાં આવે તો **પાંચમી ભૂમિકાએ પરમેશ્વરના દર્શન** થાય છે. માટે કહેવાયું છે કે છેક પાંચે પરમેશ્વરના દર્શન કરીને પોતે પણ જીવમાંથી શિવ બને છે. માટે **"પાંચે પરમેશ્વર".** અને બુધ્ધિ ઋતંભરાનું રુપ ધારણ કરે છે.

ભૂમિકા છઠ્ઠીઃ ૬ : – આમ જ્યારે પાંચમી ભૂમિકાએ જીવ પોતાના મૂળસ્વરુપ એવા આત્મામાં જ્યારે સ્થિત થાય છે, ત્યાં સાવ (માત્ર-તદન) શૂન્ય છે. પોતાને શૂન્યપણાનો અનુભવ થાય છે. ત્યાં કોઈ દેશ, કાળ કે વસ્તુ નથી. કોઈ ઊપર-નીચે કે આગળ-પાછળ કે કોઈ દિશાઓ (પૂર્વ, પશ્ચિમ, ઉતર, દક્ષિણ) એવું કાંઈ પણ નથી. માત્ર શૂન્યપણુ જ છે. માત્ર શૂનકાર કે આસમાની મૌન વખતે પોતે પોતાને જ સાંભળે છે. પોતે શુધ્ધ કુટસ્થ બ્રહ્મરુપે પોતાનો જ બ્રહ્મનાદ (પ્રણવનાદ) સાંભળે છે. ત્યાં પોતાના શૂન્યપણા સિવાય બીજું કંઇ નથી. ત્યાંથી છઠ્ઠી ભૂમિકાએ આગળ જવા માટે પોતા પાસે કોઈ ઉપાય નથી કે કોઈ બીજો માર્ગ નથી. ચારે બાજુ કે ઊપર નીચે બધે મહાશૂન્ય (મહાઆકાશ) ફેલાયેલું છે. આત્મા પોતે પોતાના વ્યષ્ટિ કેન્દ્રમાં (શૂન્યમાં) સ્થિત છે. ત્યાંથી છઠ્ઠી ભૂમિકા કે જેને સતલોક, સચખંડ કે સદગુરુનો દેશ વગેરે શબ્દો વડે કહેવામાં આવે છે તે **સમષ્ટિ બ્રહમાંડનું કેન્દ્ર સ્થાન છે.** તેને **છઠ્ઠી ભૂમિકા કહેવાય** છે.

છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોચવા માટે જેમ લોખંડનું મોટું ચુંબક લોખંડના નાના ચુંબકને; તેના ચુંબકીય ક્ષેત્રમાં જ્યારે નાનું ચુંબક આવે અને મોટા ચુંબકના ઉતર ધ્રુવ (+ભાર) સામે જ્યારે નાના ચુંબકનો દક્ષિણ ધ્રુવ (-ભાર) આવે ત્યારે નાનુ ચુંબક આપોઆપ મોટા ચુંબક તરફ ખેંચાય જાય છે. અને મોટાની સાથે નાનું જોડાઈ જાય છે. તેવી જ રીતે **વ્યષ્ટિ બ્રહ્મ સમષ્ટિ બ્રહ્મ**ના કેન્દ્રમાં ખેંચાય તેની સાથે ભળી જાય છે.

એટલે કે તે ભૂમિકાએ પહોચી જાય છે. ત સ્થાનને અમરલોક કે સદગુરુનો દેશ કે જ્યાં સત્ય સિવાય બીજું કાંઈ છે જ નહી. આમ ઈન્ડ, પીન્ડ અને બ્રહ્માંડથી પર થઈને પોતાના મૂળ અમર લોકમાં પહોચી જાય છે. પાચમી ભૂમિકાથા છઠ્ઠી ભૂમિકાએ જે રીતે જવાય છે તેની સદગુરુની કૃપા કે પરાત્પર બ્રહ્મ એવા પરમાત્માની કૃપા માત્રથી જ ત્યાં પહોંચાય છે. તે સદગુરુ બધા ગુરુઓના પણ સદગુરુ છે તેનાં તેજથી બધા ગુરુઓ કાર્ય કરતા હોય છે.

બધા ગુરુઓ માત્ર નિમિત હોય છે. તેને બધાને સમષ્ટિ કેન્દ્રમાંથી જ ચેતના મળતી રહેતી હોય છે. બધા ગુરુઓનું જોડાણ સમષ્ટિ કેન્દ્ર સાથે જોડાયેલું હોય છે. તેથી તેની સતા શક્તિ બધાં ગુરુઓમાં કામ કરતી હોય છે. ગુરુઓ માત્ર નિમિત થઈને કાર્ય કરે છે. તેનામાં કર્તાભાવ કે કોઈપણ જાતની વૃતિ હોતી નથી. બધા કાર્યો સહજભાવે સરળતાથી થતા હોય છે. તે ધ્વન્ધ્વથી પર આનંદ સ્વરુપે, ગુણાતિત, ભાવાતિત, એક જ સ્વરુપે, નિત્ય ચલિતમાન થયા

વગર શુધ્ધ સ્વરુપે થઈને સદગુરુના શરણમાં હમેશાને માટે રહે છે. આમ દાસના પણ દાસ થઈને (એટલે કે આખા જગતની સેવા પરમાત્માની પરમ શક્તિ કરે છે. તેથી પરમાત્મા જગતના દાસ કહેવાય) નિમિત બનીને પરમાત્માનુ કાર્ય કરે છે. એટલે જે છઠઠી ભૂમિકાએ પહોચીને કાર્ય કરે છે તેને દાસાનુંદાસ કહેવાય. – પાંચમી અને છઠઠી ભૂમિકા વચ્ચે જે મહાકાશ આવેલું છે તેને મહાશૂન્ય કે બ્લેકહોલ કે અંધારિયો ખંડ પણ કહેવાય. તે ખંડ પસાર થયા પછી સચખંડ આવે, તે જાણ માટે.

આમ અજ્ઞાન અવસ્થામાં જીવ જ્યાર ઇન્દ્રિયો અને અંતઃકરણ ધ્વારા બહિર્મુખી રીતે વર્તે છે ત્યારે તેને મન કહેવાય છે. અને એ મન વડે જ હું – મારું પકડાય ગયેલું હોય છે. અને દુખી થાય છે. પરંતુ સાધના કરતા કરતા મન જીવમાંથી શિવ બને છે.

ભૂમિકા સાતમીઃ ૭ : – કે જ્યાં માત્ર અસ્તિત્વ સિવાય બીજું કાંઈ નથી; ૧૪ લાક અને ૨૧ બ્રહમાંડથી પણ પર કે જ્યાં નથી માયા કે મેદની, કે નથી ચાંદા કે સૂર્ય. માત્ર ચૈતન્ય ધન, અખીલ, નિર્ગુણ, નિરંજન, નિરાકાર પરમ સત્ય છે; તેને અનામ કે અલખ ધણી વગેરે એવા શબ્દો તો પરમ સત્યની ઓળખ માટે, સાન રુપે વાપરવામાં આવે છે. પોતે નિરાધાર છે અને આખા વિશ્વનો અધિષ્ઠાતા છે. તેને કૈવલ્ય પદ પણ કહેવામાં આવે છે. તે ત્રિકાળા બાધિત છે. પહેલા હતા, આજે પણ છે અને કંઈ નહી હોય ત્યારે પણ તે હશે. – એવું કાયમનું સત્ય; કે જેમાથી બધું ઉત્પન્ન થાય છે; સ્થિતિનું પાલન થાય છે અને વિસર્જન થાય છે. તો પણ તેમાં જરા પણ ફેરફાર થતો નથી અને કાયમ પોતાની પૂર્ણ સ્થિતિમા જેમનો તેમ રહે છે એવા પૂર્ણ પરસોતમ – પરમ સત્ય, પરમાત્માને સાષ્ટાંગ પ્રણામ. આમ પોતે જ પોતાના પરમ તત્વને ઓળખી-પારખી-નિરખીને નક્કી કરી, તે આખરી પરમ પદમાં સમાય જાવું. આ સ્થિતિને નિર્વાણ પદ, કૈવલ્ય પદ, મોક્ષ ગતિને પામ્યા એમ કહેવાય છે. પરમાત્માના ગુણાનુવાદ માટે શબ્દો ઓછા પડે છે. ખૂદ સરસ્વતિ અને વેદો પણ થાકી ગયાં. શિવ-સનકાદી પણ પૂરા ન ગાઈ સક્યા એવા પરમાત્માના ભેદને વર્ણવવા મનુષ્ય વામણો પડે છે. જય ભગવાન.

૧૮.૨ પુનરાવર્તન

આપણે અસ્તિત્વનો એક ભાગ છીએ અને તેનામાં આપણે જીવીએ છીએ. આંખ ખોલીને જોઈએ તો આસપાસ અસ્તિત્વના દર્શન થાય છે અને બંધ આંખે અંધકાર દેખાય છે. બંધ આંખોએ જોવું અથવા આંખ વિના જોવું શું શક્ય છે? એવું કહેવાય છે કે જ્ઞાન ધ્વારા એ શક્ય થાય છે.

જ્ઞાન પણ બે રીતે મળે છે. ખુલી આંખો ધ્વારા અને બંધ આંખો ધ્વારા. એકને ભૌતિક જ્ઞાન કહે છે અને બીજાને આધ્યાત્મિક જ્ઞાન કહે છે. પરંતુ છે તો બને વિશેષ જ્ઞાન – વિજ્ઞાન.

આપણે પણ જ્ઞાનના ભૂખ્યા છીએ. જેને જેમાં રસ તેનું જ્ઞાન મેળવી લે છે. પરંતુ હજી સુધી આપણું ક્યારે સર્જન થયું તેની પૂરી માહિતી મળી છે ખરી? છે તો આપણો ઈતિહાસ પણ ભવ્ય! કટલી બધી સંસ્કૃતિઓ વિકસી અને નવી સંસ્કૃતિઓમા વિલય થઈ ગયો. વિલય પહેલા મહાભારત તો થતું જ હશે! કહેવાનો મતલબ કે અર્જિત કરેલું જ્ઞાન પણ વિસર્જીત થઈ જતું હશે. ફરીથી વિકાસ થતો હશે. ફરીથી એ જ જ્ઞાન નવા નામથી શોધાતું હશે. નવા શોધકોને નવા નામથી પુરસ્કારો અપાતા હશે. અને સમયનું ચક્ર આગળ વધતું જાતું હશે.

જગત એવું કહે છે કે પૂર્વની સંસ્કૃતિ પ્રાચીન છે, આપણા શાસ્ત્રોમાં – જૈન શાસ્ત્રોમાં ઉલ્લેખ છે કે આપણો સૂર્ય પણ કોઈ મોટા સૂર્ય-કેન્દ્રની આસપાસ ફરે છે. અંદાજે પચીસ સો વર્ષમાં એક ચક્ર-આવર્તન પૂરુ કરે છે. એક આવર્તન દરમ્યાન તીર્થંકર કે બુધ્ધ કે યુગ પુરુષ ધરતી પર આવે છે. અને તેની સાથે જ્ઞાન પરમ ઊંચાઈ મેળવે છે. જ્ઞાનની પરમ ઊંચાઈ તેના ઊંડાણમાં જઈને – અનુભવ ધ્વારા મળે છે. એના પછી આપણે તેના સ્કોલરો બનીને ઉપલકીયા-છીછરા જ્ઞાન-માહિતી ધ્વારા તેનો દુરુપયોગ કરીને વિનાશ નોતરીએ છીએ. હવે વિચારો, ચોવીસ તીર્થંકરા તો દર્શન આપી ગયા. તો કેટલા વર્ષો વિતી ગયા?

વેદ અને ઉપનિષદોને ધ્યાનમાં લઈએ તો સહેજે એકાદ લાખ વર્ષને પણ ક્રોસ કરી જઈએ. આ દરમ્યાન ઘણી સંસ્કૃતિઓ વિકસી અને વિરમી ગઈ. જે રહી ગઈ તેને સનાતન કહી. સનાતન એટલે જે હતું, છે અને રહેશે. સમય સાથે ઘણા ઉતાર ચડાવ આવ્યા. પ્રકૃતિના સ્રોત્રો માનવ વિકાસ સાથે વપરાતા ગયા. નવા સ્રોતોની ઉણપ આવતી ગઈ. જરુરિયાત શોધની જનની છે. સ્રોત સંરક્ષણ-સાચવણનો (યોગનો) સિધ્ધાંત ખયાલમાં આવ્યો હશે.

બાહ્ય સ્રોતો ધ્વારા જ્ઞાનને સાચવીએ. તો શિલાલેખ, ચિત્રો વગેરેનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો. હવે જગત તો જે ગતિમા રહે છે તેને કહેવામાં આવે છે. પરિવર્તનનો સિધ્ધાંત અવગણી ન શકાય. તો આપણા શોધકો-સાધકોએ દેશ-કાળ પ્રમાણે વર્ણનાત્મક કથાઓ અને સુત્રાત્મક ગાથાઓ ધ્વારા જ્ઞાનને શ્રુતિ અને સ્મૃતિ ધ્વારા આગળ વધાર્યું. આ સરંક્ષણ-સાચવણને પરમ યોગ નહી તો બીજું શું કહેવાય!

થોડું સમજીએ, શિલાલેખ અને ચિત્રોન ઉકેલવા માટે તેના જાણકારોની મદદ લેવી પડે. તે ન મડે ત્યાં સુધી સંભાવનાઓમાં ગુંચવાવું પડે. કથાઓ અને ગાથાઓનો ફાયદો એ કે તેમા માત્ર થોડો ઉમેરો કરી દો કે – જેમ કે ગીતાના મહાત્મયમાં એવું કહેવાયું છે. કે ગીતાના શ્લોકોનું પઠન કરવામાં આવે તો સ્વર્ગમા રહેવા મડે છે... અને મરતી વખતે માત્ર ગીતા એવું ઉચ્ચારણ કરવામાં આવે તો પણ ગૌલોકમા કે ચંદલોકમાં થોડા વર્ષ રહેવા મડે છે. એની અસર જોવા મડી કે અંદાજે પાંચ હજાર વર્ષ પછી પણ ગીતા આજે પણ અસ્તિત્વ ધરાવે છે. ગાથાઓ

એ જ સ્વરુપમાં રહી પણ ભાષાના બદલાવની સાથે તેની ટીકાઓમાં થોડો બદલાવ આવ્યો. અર્થના અનર્થ જરુર થયા હશે. ગાથાઓ નથી બદલી. જેઓ નહોતા સમજી સકતા તેઓ સ્વર્ગની લાલચે ગાથાઓને યાદ કરીને લાભદાયક અર્થો વડે બદલાવ સાથે પણ જ્ઞાનને આગળ વધારતા ગયા અને જેઓ સમજતા હતા તેઓ જ્ઞાન ધ્વારા પોતાનું અને લોકોનું કલ્યાણ કરતા ગયા. જો કલ્યાણ થાતું હોય તો તેના મહતા જળવાય રહે છે.

આ કાર્યની વ્યવસ્થા આપણા વૈજ્ઞાનીકો – ઋષિ-મુનિઓ ધ્વારા ગોઠવવામાં આવેલી. સાધકો, ભક્તોએ, સ્વયં સેવકોના રુપમાં કાર્ય કર્યું. તો સંતોએ તેને મૂળ રુપમાં સાચવી રાખ્યું. તો આજે અહોભાવથી તેઓને સત સત નમન કરું છું. જય ભગવાન!

તેઓ બધા સાથે મળીને જ્ઞાનની સરવાણીઓ તો વહેતી જ રાખી. તેને શાસ્ત્રો કહેતા હતા. અને તેઓ પોતાના નામનો દાવો નહોતા કરતા. ઋષિઓ ધ્વારા સંશોધિત થયેલા જ્ઞાનને માનવ કલ્યાણ માટે ઉપલબ્ધ કરાવતા ગયા. અને તેને વેદ અને ઉપનિષદો કહેવામાં આવતા હતા. અને તેમને સમજવા માટે જાત અનુભવ જરુરી હતો. એટલે તો કહેવાતું હતું સ્વર્ગમાં જવું હોય તો મરવું પડે. “આપ મુઆ વિના સ્વર્ગે ન જવાય.”

પરિવર્તનશીલ જગતમાં દરેક વસ્તુ બદલાય છે. અને આ જ વસ્તુ અનુભવ વાણી ધ્વારા નિર્દેશિત કરવામાં આવ્યું છે. યાદ કરીએ. પરમાત્માથી સ્થૂળ શરીર સુંધીના પરિવર્તનનો ક્રમ –

૧૮.૨.૧ પરીબ્રહ્મ પરમાત્મા

↓
શુધ્ધ ચેતન
↓
ચૈતન્ય શક્તિ → જ્ઞાન શક્તિ → વિષ્ણુ
↓
પ્રણવ નાદ બ્રહ્મ → ૐ --વચન → સર્જન શક્તિ → બ્રહ્મા
↓
અનાહત નાદ બ્રહ્મ → સતનામ → ગતી શક્તિ → મહેશ
↓
સોહં – **હું સો** → પ્રાણ, અપાન → વર્ણાત્મક નામ → મંત્ર - અક્ષર.
↓
મન → સંકલ્પ, વિકલ્પ
↓
પાંચ વિષયો શબ્દ, સ્પર્શ, રુપ, રસ, ગંધ.
↓
પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિઓ અને પાંચ કર્મેન્દ્રિઓ
↓
સ્થૂળ શરીર

હવે દાસાનું દાસે આપણને તેમના અનુભવ ધ્વારા સિધ્ધ કરીને આ જાણકારી તેમના પેટન્ટ રાઈટસ સિવાય આપણને ભેટ તરીકે ઉપલબ્ધ કરાવે છે. તે પણ સહજ પ્રેમથી. સ્વીકાર કરવો કે અસ્વિકાર કરવો તેની સ્વતંત્રતા સાથે. તેઓ કહે છે કે ફરી એક વખત તેનું રીવર્સ મિકેનિઝમ – ઉલટી સંરચના સમજી લઈએ!

જે રીતે પરમાત્મા જીવમાં પરિવર્તિત થાય છે. ઠીક તેનાથી ઉલટી રીતે જીવ પણ પરમાત્માંમા પરિવર્તિત થઈ શકે છે. એ જ તો સમાધિની સાત ભૂમિકાઓ છે.

૧૮.૩.૧ પહેલી ભૂમિકા : સૂરતા સાધવી

૧. ધ્યાનનું કેન્દ્ર : નાભિ કેન્દ્ર પાસે આંતરિક કુંભકના સ્થાને કે જ્યાં અપાન લય પામે અને પ્રાણ હજુ ઊઠયો ન હોય તે વચ્ચેના ગાળાના સ્થાને ધ્યાન ધરવું. **આંતરિક કુંભકના સ્થાનને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવું.** સદગુરુએ બતાવેલ જ્ઞાન-વિજ્ઞાન પ્રમાણે કરવાનુ રહે છે. માટે પહેલો **પ્રશ્ન-જરુરત** ફરજીયાત છે કે પૂર્ણ પહોચેલા ગુરુ પાસેથી ચેતનવંતા છ શબ્દોનો (ગુરુકૃપા ધ્વારા) બોધ મેળવીને અભ્યાસ ચાલુ કરવો.

૨. ધ્યાનનું વિજ્ઞાન : **ઓહંગ**ને અપાન સાથે જોડવો. **ગુરુજી સ્મરણ** રુપી બે શબ્દોને કુંભક દરમ્યાન ઘૂંટવા. **સોહંગ** શબ્દને પ્રાણની સાથે જોડવો અને **બ્રહમ તુંહી** રુપી બે શબ્દોને બાહિયક-બાહ્ય કુંભક દરમ્યાન ઘુંટવા. આમ છ શબ્દોને શ્વાસોચ્છવાસ સાથે જોડીને મન-પવનની માળા કરવી. તે સાથે કુંભકના સ્થાને ગુરુમૂર્તિ બેસાડીને તેમાં આંતર દૃષ્ટિથી ધ્યાન ધરવું અને સાંભળવાની સૂરતા પણ ત્યાં રાખવી. આ રીતે ગુરુમંત્રનો જાપ કરાય.

૩. મનનું રુપાંતરણ અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ : એ રીતે અભ્યાસ કરતાં મનની અને આંખ કાનની ચેતનાઓ **કેહું કોણ છુંતા** તન્માત્રાઓ અંતરમુખી થઈને એકદોર થશે ત્યારે **અંતરઘટમાં ચાલી રહેલો સુક્ષ્મ નાદબ્રહ્મ અનભવાશે ને મન અંતરમુખી બનશે.** આ સ્થિતિને નામની જાગૃતિ થઈ એમ કહેવાય. જે નાદ સંભળાય છે તેને અનાહત નાદ કહેવાય છે. તે વગર કાને સંભળાય છે અને વગર વાજીંત્રે વાગે છે. **જેની અનુભૂતિ થાય છે તેને ઈન્દ્રિયાતિત અનુભવ કહેવાય** છે. આમ સૂરતા સધાય જાય છે. સાથે સાથે સાહજીકતાથી પ્રાણો-શ્વાસોચ્છવાસ પણ નિયમનમાં ચાલવા લાગે છે. શરીરમાં સ્ફૂર્તિ આવે.

૧૮.૩.૨ બીજી ભૂમિકા : અંતઃકરણનું શુધ્ધિકરણ

૧. ધ્યાનનું કેન્દ્ર : કપાળ અને નાક જે સ્થાને મળે છે તે કપાળના મધ્ય સ્થાનને ભ્રકુટી કહે છે. તે **ભ્રકુટીને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવું.** તેમ કરવા માટે નાકના ટેરવા ઊપર નજર કરવાથી તે સ્થાને ધ્યાન લાગશે. (બંધ આંખે તેમ કરવું.) જ્યાં **જ્યાં જરૂર જણાય ત્યાં સદગુરુને કે અનુભવીને પૂછીને માર્ગદર્શન મેળવી લેવું** જરૂરી છે.

૨. ધ્યાનનું વિજ્ઞાન : અજપા જાપ – અનાહ્ત નાદને સૂરતાથી સાંભળવાની પ્રક્રિયાને અજપા જાપ કહેવાય છે. કારણ કે આ જાપ બ્રહ્મ પોતે જપે છે. આપણે માત્ર તેને સાંભળીએ છીએ. આપણે જાપ જપતા નથી તેથી તેને અજપા જાપ કહે છે.

નીચે આપેલી ત્રિવિધ રીતે અજપા જાપ કરવા.

૧. સૂરતાને અનાહ્ત નાદ સાંભળવામાં સ્થિર કરવી.
૨. બુધ્ધિમાં એવી નિષ્ઠા રાખવી કે જે નાદ અનુભવાય છે તે જ બ્રહ્મ છે.
૩. ચિતમાં એવી ભાવ બેસાડવો કે નાદબ્રહ્મ સંભળાય છે તે જ હું છું.

આમ, આવા ભાવ સાથે અજપા જાપ કરવા કે જેથી ધ્યાન પરિપક્વ થાય.

૩. મનનું રુપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ : મનનું શુધ્ધિકરણ થશે. મનની સ્થિરતા અને એકાગ્રતા થશે તે અનુભવાશે. ઈન્દ્રિયો, ભરાય પડેલી વિષય-વાસનાઓથી ઉપરામ પામશે. માત્ર વાસના રહિત વિષયનો ભોગ કરશે. બુધ્ધિમાં સાત્વિકતા વધતી જશે. તેથી કરીને આસ્તિકતા અને શ્રધ્ધાવાન શુધ્ધ જ્ઞાનવાળી બુધ્ધિ થશે. તેમ અનુભવાશે (પ્રજ્ઞા.) ધીમે ધીમે દેહાધ્યાસ પણ છૂટતો જશે. અને બ્રહ્મભાવ કેળવાતો જશે. આમ આખા અંતઃકરણનું સબળ બ્રહ્મમાં રુપાંતર થશે કે જે અનુભવમાં આવશે. **ત્યારે સૂરતા શબ્દમાં સમાયને સૂરતાનું શબ્દમાં એટલે કે નાદબ્રહ્મમાં (અનાહ્તમાં) રુપાંતર થશે.** મન બ્રહ્મદશામાં આવશે. એટલે કે ચોથી અવસ્થા – તુરિયાવસ્થા ક સંપ્રજ્ઞાત સમાધિનો અનુભવ થવા લાગશે. ચિતમાં સંતોષ, શાંતિ, આનંદ અનુભવાશે. આ દશાને નામની જાગૃત દશા કહે છે.

૧૮.૩.૩ ત્રીજી ભૂમિકા : નૂરતા-સૂરતા વડે નામને સિધ્ધ કરવું

૧. ધ્યાનનું કેન્દ્ર : આજ્ઞા કેન્દ્ર, કે જે મોટું મગજ આવેલું છે (તેની વચ્ચેથી મેરુદંડ પસાર થાય છે,) અને જ્યાંથી આખા શરીરનો અને ઈન્દ્રિયોનો કંટ્રોલ મન કરે છે; તે જગ્યાએ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માટે કપાળના મધ્ય ભાગમાં જ્યાં ચાદલો કરવામાં આવે છે ત્યાં નજર ફિક્સ (બંધ આંખે) કરવાથી ધીમે ધીમે આજ્ઞા કેન્દ્ર સુધી ધ્યાન પહોચી જશે. **ત્યાં ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવું.** સદગુરુની આજ્ઞા પ્રમાણે જ ધ્યાન કાર્ય કરતા હોઈએ તો સદગુરુની કૃપાથી કાર્ય ઘણું સહેલું થઈ જાય છે.

૨. ધ્યાનનું વિજ્ઞાન : સૂરતા શબ્દની એકતા સધાયા બાદ નૂરતાના પ્રકાશના માર્ગે આગળ વધવા માટે નૂરતાથી (આંતરિક નજરથી) જોતા પહેલા એકદમ ઝાંખો પ્રકાશ (અંધારી રાતે તારાના અજવાળા જેવો) દેખાશે. ત્યાં વધુ પ્રકાશ ઘેરો (ચાંદાના પ્રકાશ જેવો) દેખાય તે તરફ ધ્યાન લઈ જવું. એમ કરતા જેમ જેમ ધ્યાનની ગહેરાઈ આવતી જશે તેમ તેમ પ્રકાશ ઘેરો થતો જશે. એકદમ સફેદ ધજા સૂર્ય પ્રકાશમાં દેખાય તેવો આવે ત્યાં ધ્યાનને ફીક્સ કરવુ. **એટલે કે નૂરતા અને સૂરતાને ત્યાં એક જ સ્થાને આજ્ઞા કેન્દ્રમાં સ્થિત કરીન** નૂરતાથી નિરખવું અને સૂરતાથી સાંભળવું. આમ અભ્યાસ કરવો.

૩. મનનું રુપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ : નૂરતા-સૂરતાના વિજ્ઞાન વડે અભ્યાસ ચાલતો હોય તે દરમ્યાન **અનાયાસે સહજતાથી** પ્રાણ-અપાન બન્ને સરખા સમયમાં ચાલવા લાગશે તથા સમાન અને સમતોલ થઈ જશે. ત્યારે સુષુમણાનો **માર્ગ ખુલી જશે.** અને બન્ને પાણ સુષુમણા નાડીમાં ચાલતા થશે. જેના **પરિણામ રુપે બન્ને ભેગા મળવાથી બન્ને પ્રાણો વધુ ઊંડા ઉતરશે.** તેથી **આંતરિક કુંભકનું સ્થાન** વધુ ઊંડાઈએ કે જ્યાં **કુંડલીની શક્તિનું સ્થાન** છે **ત્યાં સુધી પહોચી જશે.** તેથી **પ્રાણની ઠોકર તે સ્થાનને લાગવાથી** અનાયાસે કુંડલીની **જાગૃત થશે અને વાયુમાં રુપાંતર થઈ**ને સુષુમણા **નાડી મારફતે આગળ વધીને આજ્ઞા કેન્દ્ર તરફ પ્રયાણ** કરશે. આજ્ઞા કેન્દ્રમાં જાગૃત નામ (સબળ બ્રહ્મ) સાથે મિલન થતાં **નામ સિધ્ધ થશે.** ત્યારે સ્થૂળ અહંકારનો નાશ થશે.

નિરવિતર્ક – નિરવિચાર સમાધિ અનુભવાશે. શરીર, ઈન્દ્રિયો, મન, બુધ્ધિ વગેરે બધામાં કાંતી અનુભવાશે. – ચિતમાં વૈરાગ્ય વર્તાશે.

૧૮.૩.૪ ચોથી ભૂમિકા : સંચિત કર્મોની સફાઈ

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર** : મસ્તકમાં આવેલા મેરુદંડમાં જ્યાં મોટું મગજ આવેલું છે ત્યાંથી પાછળના ભાગે પાણી ભરાયેલા ભાગમાં નાનું મગજ તરતું હોય છે. તે નાના મગજના કેન્દ્રને ત્રિકુટી કહે છે. **આ ત્રિકુટીને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવું.** શાસ્ત્રોમાં પાણી ભરાયેલા ભાગને **માનસરોવર** પણ કહે છે. **(ત્રિકુટી** સતલોક અને મૃત્યુલોકને જોડતી કડી છે.) તેને **ઋતંભરા બુધ્ધિનું કેન્દ્ર** પણ કહે છે. યોગીઓ એ ધ્યાનની સ્થિતિને **શાંભવી મુદ્રા** પણ કહે છે.

નોંધ : અનુભવી ગુરુ જ તે વિષે વધુ સમજણ આપી શકે. તેનું લખીને વર્ણન થઈ સકે તેમ નથી. તો સદગુરુના સંપર્કમાં રહીને વિશેષ જરુરી માહિતી મેળવી લેવી. અને યોગમાં આગળ વધવું.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન** : જ્યારે આજ્ઞાચક્ર પાસે સબળ બ્રહ્મ કે'તા નામ **(સોહંગ)** અને કુંડલીની શક્તિ કે'તા વચનનું **(ઓહંગનુ)** મિલન થાય છે. એટલે કે **વચન રુપી પાલખીમાં સૂરતા બેસીને નામનો દોર પકડી રાખ** પછી સાધના માટેના કોઈ પણ પ્રયાસ સાધકે કરવાના રહેતા નથી. કુંડલીની શક્તિ એના સહેજ સ્વાભાવે કરીને મોટા મગજ અને નાના મગજ જોડતી બંકનાળ મારફતે ત્રિકુટી તરફ આગળ વધે છે. તેની સાથે સબળ બ્રહ્મ જોડાયેલા હોવાથી ઊર્ધ્વગમન કરીને ત્રિકુટીમાં સફર કરે છે. તે દરમ્યાન જુદા જુદા નાદ જેવા કે ઘંટનાદ, શંખનાદ, મોરલી, વીણા જેવા નાદો સાંભળવાની પ્રક્રિયા ચાલતી હોય છે. તે દરમ્યાન અનાયાસે સંચિત કર્મોનો પણ નાશ થઈ જાય છે. કુંડલીની શક્તિના હાજરીથી જ બધી પ્રક્રિયા થાય છે. સાધકે કોઈ ક્રિયા કરવાની રહેતી નથી. સાક્ષીભાવે અનુભવ કરવાનો હોય છે. સહજ સમાધિ સ્થિતિ હોય છે. આંતરિક અને બાહ્ય બધું આપોઆપ થતું હોય છે.

૩. **મનનું રુપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ** : કુંડલીની શક્તિની મદદથી અંતરનાદ સાંભળતા સાંભળતા **સબળ બ્રહ્મનું કુટસ્થ બ્રહ્મ**માં રુપાંતર થાય છે. (શુધ્ધ આત્મામાં) અને માનસરોવરમાં નાહીને સંચિત કર્મોનો મેલ બધો સાફ કરીને એકદમ પવિત્ર થાય છે. ત્યારે સદાશિવના દર્શન કરવાને યોગ્યતા કેળવે છે. એટલે કે સદાશિવના દર્શન કરવા માટે શિવ નેત્ર કે **ત્રીજી આંખ કે ત્રીજું નેત્ર ખુલે** છે. ત્યારે **તેને દશમો ધ્વાર કે બ્રહ્મરંધ** પણ કહે છે. તે મારફતે શિવદર્શન કરીને આત્મ સ્વરુપને પામે છે. માનસરોવર રુપી બ્રહ્મસાગરમાં કુટસ્થ બ્રહ્મરુપી હંસલો (હંસો–સોહંગ) મોજું માણે એવા

બ્રહ્માનંદનો અનુભવ થાય છે. બધા બંધનોમાંથી મુક્ત થયો હોય એવો અહેસાસ થાય છે. ભુતકાળની સ્મૃતિઓ સતાવતી નથી તથા ભવિષ્યકાળની કલ્પનાઓ પણ ઊઠતી નથી. આમ સતત પોતાના વચન સ્વરુપમાં રહીને મન, વાણી અને ઈન્દ્રિયો પોત-પોતાનું કાર્ય કરતી રહે છે. તેવી રેણી-રીતવાળું જીવન વર્તાય છે.

૧૮.૩.૫ પાંચમી ભૂમિકા : આત્મસાક્ષાત્કાર (કાળ અને માયાથી મુક્તિ)

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર** : સહસ્ત્રદળ કમળ મસ્તકમા મેરુદંડના છેક ઉપરના ભાગે સાતમું કેન્દ્ર આવેલ છે. તેને સહસ્ત્રદળ કમળ કહે છે. કારણ કે ત્યાં હજારો સૂર્યના પ્રકાશ સમાન પ્રકાશતો રહે છે. **તે સ્થાનને ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવવાનું રહે છે.** ત્રિકુટીના કેન્દ્રમાં **પહોચ્યા પછી** તે કેન્દ્રમાં ધ્યાન ધરી સકાય છે.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન** : જ્યારે ચોથી ભૂમિકાના અંતે ત્રીજુ નેત્ર કે બ્રહ્મરંધ્ર ખૂલે છે, તેના ધ્વારા સહસ્ત્રદળના સ્થાને દિવ્ય પ્રકાશ એટલો તો તીવ્ર હોય છે ક તે ત્રીજા નેત્ર ધ્વારા દિવ્ય દૃષ્ટિ વડે જ જોઈ સકાય છે. આમ ત્યાં પરમાત્માના દર્શન કરવાના હોય છે. તો તે દર્શન શિવનેત્ર ધ્વારા બ્રહ્મરંધ્ર મારફતે ત્રિકુટીના કેન્દ્રમાં રહીને બ્રહ્મ દૃષ્ટિ વડે સહસ્ત્રદળમાં બિરાજમાન પરમાત્માના દર્શન કરવાનાં હોય છે.

૩. **મનનું રુપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ** : આમ જ્યારે પરમાત્માના દર્શન કરીને આત્માના પ્રકાશ-વિમર્શ સ્વરુપનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. કાળ અને માયાના બંધનમાંથી મુક્તતાનો અનુભવ થાય છે. તે સ્થિતિ કુંડલીની શક્તિ કે જે વાયુ સ્વરુપે (પ્રાણ રુપે) હતી તેનું રુપાંતર તેના મૂળ સ્વરુપ (આકાશ) એવા પ્રણવ કે ઓમકારના નાદ સ્વરુપે અનુભવાશે. ત્યારે કુટસ્થ બ્રહ્મ કે નિજ આત્મા તેની સાથે સંયુક્ત થઈને વચન સ્વરુપે બનશે. તે સ્થિતિને વચન સિધ્ધિ કહેવાય. જથારથ વચનનો બોધ થયો કહેવાય અને વિદેહ-મુક્તિનો અનુભવ કરીને જન્મ મરણના ચક્રમાંથી નિકળીને સતલોક કે સદગુરુના દેશમાં પહોચવાની લાયકાત આવે છે. ત્યારે માત્ર આકાશી અવાજ કે જેને પ્રણવનાદ કહે છે કે જે એકધારો ગાજી વાજી રહયો હોય છે. પોતાનો આત્મા શૂનકાર રીતે અનુભવાતો હોય છે. તે સ્થિતિને ઉન્મુની અવસ્થા પણ કહે છે. ત્યારે સૂક્ષ્મ અહંકારનો નાશ થઈ જાય છે. મન, આત્મામાં સદાને માટે લય પામી જાય છે. અને આમ જીવનું શિવના દર્શનથી શિવમાં રુપાંતર થાય છે. ત્યાં દેશ-કાળ કે વસ્તુ એવું કાંઇ નથી. ત્યાં આગળ પાછળ કે ઉપર નીચે કે

કોઈ દિશાઓ વગેરે કાંઈ નથી. માત્ર પોતે શૂન્ય રુપે છે. અને પોતાના શૂનકાર નાદને સાંભળે છે. ત્યાંથી આગળ જવા માટે પોતા પાસે કોઈ ઇલાજ નથી. ચારે બાજુએ મહા આકાશ ફેલાયેલું છે. કે જેને અંધારિયો ખંડ પણ કહેવાય છે.

નોંધઃ – આ તબ્બકે દાસાનું દાસ વિનમ્ર ભાવે આપણું – સાધકોન ખાસ ધ્યાન દોરે છે કે "મારા મારફતે જે કાંઈ સૂરતા શબ્દના સહજ યોગની સાત ભૂમિકાઓનું વર્ણન શબ્દ ધ્વારા આપવામાં આવી રહયું છે તેમાં પૂરેપૂરી ગુરુકૃપા હોય એવો મને અહેસાસ થાય છે. અને ગુરુ પ્રતાપે કરીને મને માત્ર નિમિત બનાવીને મન, બુધ્ધિ કે વાણી કે ઈન્દ્રિયોથી પર એવું પાંચમા વેદનું જ્ઞાન, અશક્યને શક્ય બનાવીને તેમની જ કૃપાથી થયેલું છે. તો તેમના શરણમાં જેનું છે તેમન અર્પણ કરું છું. અંતરઘટમાં પોતાના આત્મા તરફ યાત્રા કરતા સાધકો માટે માર્ગદર્શન અને પ્રેરણારુપ બને એ જ આશયથી આ સાત ભૂમિકા ધ્વારા રુપરેખા તૈયાર કરવા નિમિત થયો છું. જય ભગવાન!"

૧૮.૩.૬ છઠ્ઠી ભૂમિકા : સતલોક

૧. **ધ્યાનનું કેન્દ્ર** : **ત્યાં ધ્યાન ધરવાનું કોઈ ખાસ કેન્દ્ર નથી** કે ધ્યાનનો કોઈ ખાસ વિષય પણ નથી. સતલોક કે સચખંડ કે સદગુરુનો દેશ જ્યાં છે ત્યાં પહોચવાનું છે. તે માટે પોતે કે'તા વ્યષ્ટિ બ્રહ્મરુપે છે. તેનું સમષ્ટિ બ્રહ્મમાં દાખલ થવાનું બાકી છે. પોતે કાંઇ કરી શકે તેમ નથી. વ્યષ્ટિ બ્રહ્મ અને સમષ્ટિ બ્રહ્મ વચ્ચે આવો તો અંધારિયો ખંડ આવલો છે કે અનેક સૂર્યોનો પ્રકાશ ભેગો કરીને દાખલ કરવામાં આવે તો પણ કંઈ દેખાય નહી. તેથી તેને **અંધારિયો હોલ** કે **બ્લેક હોલ** અથવા **મહા શૂન્ય** પણ કહેવાય છે. **ભંવર ગુફા** કે **ઘનશ્યામ** પણ કહેવાય. **શૂન શિખર** પર **ભંવર ગુફા**માં અધર એટલે કે કોઈ પણ આધાર વગર સદગુરુ બિરાજમાન છે. ત્યાં પહાચ્યાથી સદગુરુના શરણે ગયા કહેવાય.

૨. **ધ્યાનનું વિજ્ઞાન** : પાંચમી ભૂમિકાએથી છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોચવાનું વિજ્ઞાન સમજીએઃ – તો જેમ લોખંડનું મોટું મહાચુંબક નાના લોખંડના ચુંબકને તેના ચુંબકિય ક્ષેત્રમાં જ્યારે દાખલ થાય છે, ત્યારે નાનું ચુંબક મોટા ચુંબક તરફ અનાયાસે ખેંચાય જાય છે. અને મોટાની સાથે નાનું ચુંબક જોડાઈ જાય છે. બીજી રીતે સમજીએ તો નદીના પાણીનો જથ્થો દરીયાના પાણીમા ભળી જાય છે તેમ વ્યષ્ટિ રુપ આત્મા સમષ્ટિ રુપ – પરમાત્મા કે જેને સચખંડ કહે છે.

તેમાં ભળી જાય છે. તેને અમરલોક પણ કહેવામાં આવે છે. ત્યાં સદગુરુ કે'તા પરમાત્માની કૃપા માત્રથી જ ત્યાં પહોચાય છે. તે સદગુરુ બધા ગુરુઓના ગુરુ છે.

નોધ : ચારેય યુગથી, ગુરુ શિષ્યની પરંપરાથી આત્મબોધનું જ્ઞાન-વિજ્ઞાન ચાલ્યું આવે છે. જેમ આત્મા સત્ય છે તેમ તે વિષેનું જ્ઞાન અને તેનું વિજ્ઞાન પણ એટલું જ સત્ય છે. તેમાં કોઈ પણ ક્યારેય કંઇ પણ ફેરફાર કરી શકે તેમ નથી.

3. **મનનું રુપાંતર અથવા જીવની પ્રગતિ તથા અનુભૂતિઓ** : જ્યારે સદગુરુની કૃપાથી સતલોકમાં પહોચે છે તે પીંડ અને બ્રહમાંડથી પણ પર છે. કે જ્યાં માયા કે કાળનું નામ નિશાન પણ નથી. માત્ર પરમાત્માનું વ્યાપક સ્વરુપ હોય છે. આ અધ્વૈત સ્વરુપે બધે જ સત્યથી જ ભરપૂર હોય છે. તેના તેજથી જ બધા ગુરુઓ કાર્ય કરતાં હોય છે. આમ ગુરુઓ માત્ર નિમિત હોય છે. બધા પહોચેલા ગુરુઓને સમષ્ટિ કેન્દ્રમાંથી જ ચેતના મળતી રહેતી હોય છે. તેથી પરમાત્માની સતા-શક્તિ ગુરુઓમાં કામ કરતી હોય છે. ગુરુઓ માત્ર નિમિત થઈને કાર્ય કરતા હોય છે. તેમનામાં કર્તાભાવ કે કોઈપણ જાતની અહંકારની વૃતિ હોતી નથી. તેમના મારફતે બધા કાર્યો સહજભાવે સરળતાથી થતાં હોય છે. તેઓશ્રી ધ્વંધ્વાતિત-ગુણાતિત-તુરિયાતિત-ભાવાતિત-જ્ઞાનાતિત વગેરે બધી સ્થિતિઓથી પર **પાંચમી અવસ્થા** કે જેને **સાક્ષીની અવસ્થા** કહેવાય તેમાં હમેશા સ્થિત થયેલાં વિદેહ મુક્તિમાં જ સ્થિત થયેલા હોય છે. અને હંમેશા સદગુરુના શરણમાં રહે છે. પરમાત્મા આખા જગતની સેવા કરે છે. અને સદગુરુ પરમાત્માની ઈચ્છા મુજબ જ કાર્ય કરે છે. એટલે કે છઠઠી ભૂમિકાએ પહોચ્યા બાદ પણ વિદેહ મુક્તિ દશામાં દાસાનું દાસ થઈને રહે છે. એટલે કે પોતાની જાતને સંત ચરણરજ દાસાનુંદાસ તરીકે માને છે.

૧૮.૩.૭ સાતમી ભૂમિકા : પરાત્પર બ્રહમ – પરમ સત્ય – કેવળપદ

જ્યાં માત્ર અસ્તિત્વ સિવાય બીજું કંઈ પણ નથી. ૧૪ લોક અને ૨૧ બ્રહમાંડોથી પણ પર કે જ્યાં નથી માયા કે મેદની કે નથી ચાંદા કે સૂર્યો કે નથી જળ કે જમીન માત્ર ચૈતન્ય ઘન, અખિલ, નિર્ગુણ, નિરંજન, નિરાકાર, પરમ સત્ય છે. તેને અનામ કે અલખધણી, પરમેશ્વર કે પરાત્પર બ્રહમ વગેરે એવા શબ્દો પરમ તત્વની ઓળખ માટે જ્ઞાન રુપે વાપરવામાં આવે છે. પોતે નિરાધાર છે અને આખા વિશ્વનો અધિષ્ઠાતા છે. તેને કૈવલ્ય પદ પણ કહેવામાં આવે છે. તે કાયમનું ત્રિકાળાબાધિત છે. પહેલા હતું, આજે પણ છે અને કંઇ નહી હોય ત્યારે પણ

તે હશે. એવું કાયમનું સત્ય કે જેમાથી બધુ ઉત્પન્ન થાય છે. છતાં બધાથી પર રહે છે. તેમા કોઈ પણ જાતનો ફેરફાર થતો નથી. અને કાયમ પોતાની મૂળ સ્થિતિમાં જ જેમનું તેમ રહે છે. અવા પૂર્ણ પુરસોતમ પરમાત્માને સાષ્ટાંગ પ્રણામ. આમ, પોતે જ પોતાના પરમ તત્વને ઓળખી, પારખી, નિરખીને નક્કી કરી ઈશ્વર ઈચ્છાએ પરમ પદમાં સમાઈ જવું. આ સ્થિતિને નિર્વાણ પદ – કૈવલ્ય પદ – મોક્ષગતિ પામ્યા એમ કહેવાય. પરમાત્માના ગુણાનુવાદ જેટલા કરવા બેસીએ તે બધા ઓછા પડે એ સદગુરુના વખાણ હું કેમ લખી શકું? ખૂદ સરસ્વતિ અને વેદો પણ થાકી ગયા. શિવ-સનકાદી પણ પૂરા ન ગાઈ સક્યા એવો સદગુરુનો ભેદ પૂર્ણ રીતે કોઈ પામી સકે તેમ નથી. માટે કહેવાયું છે કે ...

ગુરુ ગોવિંદ દોનો ખડે, કીસકો લાગું પાય,

બલિહારી ગુરુદેવ કી, જીસને ગોવિંદ દિયો બતાઈ.

ગોવિંદથી ય ગુરુ છે અદકેરા, સદગુરુ દયા નિધાન,

ચાહે સો પલમાં કરે, ધન ધન સદગુરુ દાતાર.

ગુરુની ગતિ ગુરુને પાસ, જેવી છે કસ્તુરીની વાસ.

જ્યાં નામનો છે વિશ્વાસ. દિનાનાથ પૂરે તેની આશ.

ગુરુની ગતિ ગુરુને વાસ જેવી છે. કસ્તુરીની વાસ, જ્યાં નામનો છે વિશ્વાસ. દિનાનાથ પૂરે તેની આશ. તો હવે વધુ વર્ણન નહી કરતા હું પરિબ્રહ્મ પરમાત્માને દંડવત સાષ્ટાંગ પ્રણામ કરીને સાથે સાથે સ્વયંન પણ નમસ્કાર કરીને વીરમું છું.

બોલો સર્વદાતા સદગુરુદેવનો જય હો...જય હો...જય હો...જય જયકાર હો...ત્રિકાળ નમસ્કાર હો ...

નોંધ : આ ભૂમિકામાં ધ્યાનનું કેન્દ્ર, ધ્યાનનું વિજ્ઞાન વગેરેનો ઉલ્લેખ પણ અપ્રાસંગિક છે. જે **આપ સૌ** ના ધ્યાનમાં આવ્યો હશે.

ચાલો ત્યારે અનુભવ વાણીને વિરામ આપીએ. દાસાનું દાસ સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ કરીને જય ભગવાન કરે છે.

૧૯.૧ સત્યનું પ્રમાણ

આ અનુભવ વાણીનું પેટર્ન ન કઢાવી સકાય. કેમ કે એને શોધ ન કહી સકાય. એને જ્ઞાન જરુર કહી સકાય. અને જ્ઞાન તો જાત અનુભવથી મેળવાય છે. અને શાસ્તો તેની સાક્ષી આપે છે.

એવું કહેવાય છે કે ધરતી પર ઈશ્વરને શોધવા હોય તો માં એ પરમાત્માનું સ્વરુપ છે. માણસનુ વર્ગીકરણ પ્રાણીમાં થાય છે. પરંતુ માતાની કરુણા – નિસ્વાર્થ પ્રેમ તેને માણસમાંથી માનવની ભૂમિકા માટે રુપાંતર કરે છે. એ જ ભૂમિકા સંતોએ નિભાવી છે. પોતાના કલ્યાણની સાથે સાથે માનવ કલ્યાણનો યજ્ઞ તેઓએ ચાલુ રાખ્યો છે.

જગતમાં ગતિ સાથે પરિવર્તન પણ આવે છે. બાર ગાઉ પર બોલી બદલાય એમ સમયની સાથે બોલીના શબ્દો પણ બદલાય છે. ભાષામાં પરિવર્તન આવે છે. આ વસ્તુને ધ્યાનમાં રાખીને સંતો ગાથાઓ અને કથાઓના હાર્દને એના મૂળ સ્વરુપમાં સાચવીને એક માતાની જેમ કાલા ઘેલા શબ્દો ધ્વારા બોધ આપે છે. નહી તો મારા જેવા અબુધને કલ્યાણ કેમ થાય? એવા સંકલ્પ સાથે ફરતા સાધકોનો કોણ હાથ ઝાલીને જ્ઞાન આપતું? એક માતા જ જાણે છે તેના બાળકને અબુધમાંથી બુધ કેમ બનાવવો. ભલે પછી તેના માટે ગાથા અને કથાનો સહારો લેવો પડે. બાળકને ઊંઘાડવા માટે હાલરડું ગાવું એ શું છે? હાલરડાનો આલાપ મંત્રથી ઓછો ન આંકતા. મારા ગુરુને યાદ કરતાની સાથે ભાવવિભોર થયા વિના નથી રહી સકતો. સત સત પ્રણામ સાથે આપ સૌને જય ભગવાન!

દરેક સંતમાં માતાની કરુણા રહેલી છે. અને એ રીતે તેઓ પરમાત્માથી ઓછા નથી હોતા. જરુર છે આપણે ફરી બાળક જેવા થવાની – આપણી સંસ્કૃતિ તેને શિષ્ય કહે છે. શિષ્યત્વ એ ગુરુ શિષ્યની જોડતી કળી છે. હવે તો આપણે સ્માર્ટ ફોન પર પણ લીંક – જોડતી કળીઓ મોકલતા થઈ ગયા છીએ. પરંતુ આ જોડતી કળી અનોખી છે. સંત ગુરુની ભૂમિકા ભજવે છે. માતાની જેમ બાળકોને તે સમજી શકે તેવા કાલા-ઘેલા શબ્દોનો પ્રયોગ કરીને કથા (દૃષ્ટાંતો અથવા ગાથા) ભજનો-કવિતા ધ્વારા સમજાવે છે અને બાળકના લેવલથી પરમ બોધના લેવલ સુધી પહોચાડે છે.

મને એક ગ્રામીણ યુવા મિત્ર મળી ગયો. તેના ગામમાં નવી નવી વિજળી આવી હતી. રોડ લાઈટ પણ ચાલુ થઈ ગઈ હતી. પૂછ્યું, "કેમ ભાઈ, શું ચાલે છે?" તો બોલ્યો કે, મેં એક હાઈકુ બનાવ્યું છે. એક લીટીની કવિતાને હાઈકુ કહે છે. – **હજી પણ મોડી સવાર સુધી થાંભલા**

તળે ગામમા સૂરજ તપે છે. મારી તો સમજમાં ન આવ્યું કંઈપણ. ભાઈ જરા વિગતે કહે તો સમજ પડે. તે બોલ્યો રોડ લાઈટ તો ગામમાં આવી પણ વિજળી વેડફાય છે. મળસ્કે, રોડ લાઈટ બંધ કોણ કરે તે નક્કી થતું નથી. કહેવાનો મતલબ સરળ લોકો વધુ બોલતા નથી પણ કથા અને ગાથાઓ ધ્વારા ઘણું બધુ સમજાવી દે છે. વિજળીની જાળવણી – ઊર્જાનો સંચય-યોગ

અમે નાના હતા ત્યારે દાદા, દાદી કે નાના, નાની વાર્તાઓ-કથાઓ અને ભજન-સંતવાણી ધ્વારા પરોક્ષ જ્ઞાન ગમ્મત સાથે આપતા. આ રીતે પાયો નખાતો અને સમય આવ્યે સત્સંગ ધ્વારા બોધના બી વવાતા, જે કાળક્રમે ઘેઘુર વૃક્ષોમા પરિણમતા.

દરેક પાસે પર્યાપ્ત સવલતો નથી હોતી. પરંતુ સંતો અને ભક્તોએ જ્ઞાનની સરવાણી વહેતી રાખી છે. તેને ગુરુ-શિષ્યની પરંપરા કહે છે. ભગવાન રામ તથા કૃષ્ણએ પણ ગુરુ પાસે આશ્રમમાં રહીને જ્ઞાન મેળવેલું. ગુરુ-શિષ્ય વચ્ચે, માં અને નાના બાળક જેવો નાતો સ્થપાય ત્યારે જ્ઞાનની સરવાણી ચાલુ થાય છે. આમ તો જોઈએ તો રાજા જનકનો દેહાધ્યાસ છૂટી ગયેલો તેઓ વિદેહી કહેવાતા હતા. જ્ઞાની પણ હતા. તેમને ગુરુ તરીકે અષ્ટાવક્ર ઋષિ મળી ગયેલા તેમની ઉમર બાર વર્ષની હતી. તેઓએ રાજા જનકને સરળ શ્લોકો વડે પરમ જ્ઞાન આપેલું. તેને મહાગીતા કહે છે. જ્યારે અર્જુનને તેના બાળસખા કૃષ્ણએ. ખૂબ લંબાણથી શ્લોકો વડે જ્ઞાન આપ્યુ. જેને ગીતા કહે છે. જનક પણ રાજા હતા. અને અર્જુન પણ રાજકુમાર હતા. બન્નેમાં સામ્ય છે. પણ અર્જુન શબ્દનો અર્થ થાય છે અરીજુ જે સીધો સરળ ન હોય એવો. રાજા જનક સરળ હતા તો ગુરુ અષ્ટાવક્રને નાની કવિતાઓથી સરળતાથી બોધ પ્રદાન કર્યો જેને મહાગીતા કહે છે. જ્યારે રાજા અજન ચાલાક-સ્માર્ટ અને હોશિયાર હતા તો કૃષ્ણને વધુ મહેનત કરવી પડી અને લાંબી કવિતા - શ્લોકો ધ્વારા મહેનત કરવી પડી જેને આપણે ગીતા કહીએ છીએ. સરળતા અને ચાલાકીથી કેટલો ફરક પડે છે. સમજમાં આવી ગયું ને?

આપણો જીવ પણ છે તો રાજા જ. બિન્દાસ્ત રાજાની જેમ જ રહે છે. અને આપણી જુની વાર્તાઓ કથાઓ એક હતો રાજાથી જ શરુ થાય છે. તો ખયાલ આવી ગયો હશે એ રાજાની વાર્તાઓ આપણી જ વાર્તાઓ છે. આપણી સંસ્કૃતિ એટલા માટે જ તો હજી કાયમ છે. હવે વિષય બદલાઈ જતો લાગે છે. ક્ષમા કરજો. ચાલો પાછા અનુભવ તરફ વળીએ.

મારા જેવો સામાન્ય ખેડુતનો છોકરો. નાના ગામડાથી શરુ કરી બધાની જેમ અભ્યાસ કરી નોકરી કરવા લાગ્યો. મનમાં એક સંકલ્પ હતો કે કલ્યાણ કરવું. જ્યાં મોકો મડયો ત્યાં મુમુક્ષા પ્રગટ કરતો. બાળયોગીએ યાદ કર્યા તેમનો મેળાય થયો. જુઓ સંકલ્પ જ્યારે શિષ્યત્વમા પરિવર્તન પામે તો ગુરુ સામેથી મડે તેવા સંજોગો આપોઆપ પેદા થાય છે.

બાળયોગીએ ગુરુના મિલન માટે નિર્દેશ આપ્યો અને ગુરુએ પણ સામેથી બોલાવ્યો. અને જે સત્સંગ થયો તે અનુભવજન્ય જ્ઞાનને સંતો કેવી રીતે પ્રમાણિત કરે છે તે જાણીએ.

૧૯.૨ સંતોની વાણી અને સત્સંગ

માહિતી ધ્વારા જે સીખીએ તે શિક્ષણ અને અનુભવ ધ્વારા જે જાણીએ તે જ્ઞાન. હવે તો બનેને ગથસ્થ કરી સકાય છે. એક સમય હતો કે જ્ઞાન શ્રુતિ અને સ્મૃતિ ધ્વારા આગળ વધતા હતા. એ રીતે તો બને માહિતી જ કહેવાય. એટલે બને પાઠશાળામાં અથવા આશ્રમશાળામાં ભણાવાતા હતા. એક કહેવત છે કે 'ભણ્યો પણ ગણ્યો નહી.' મતલબ કે જાણકારી છે પણ અનુભવ નથી.

આ રીતે આપણી ડીગ્રીઓ એક રીત તો જાણકારી જ કહેવાય. પહેલી વખત જાણકારી મળે ત્યારે એવું લાગે છે કે નવું સીખ્યા. પરંતુ ગતિશીલ જગતમાં નવું કંઇ જ નથી. સંસ્કૃતિના વિકાસ સાથે જ્ઞાન વિકસે અને વિકાસને નવી શોધ કહેવામાં આવે છે. ગ્રેવીટેશનની શોધ સાથે નવી જાણકારી વિજ્ઞાનના અભ્યાસક્રમમાં સામેલ થઈ. એ શોધની પહેલા પણ તે નિયમ તો હતો જ. માત્ર આપણને જાણકારી નહોતી. કેટલીક વસ્તુઓ આપણે પ્રમાણિત નહોતા કરી સકતા. નિયમ ધ્વારા આપણે તેને પ્રમાણિત કરી સકીએ છીએ. આ રીતે ભૌતિક–બાહ્ય જગતમાં તેનું મહત્વ વધી જાય છે. પરંતુ આંતરિક જગતમાં તો એકલાએ જ આગળ જવાનું છે.

આંતરિક જગત તો અનુભૂતિઓનું જગત છે. જાણકારીઓને આત્માનુભવ ધ્વારા ચકાસવી પડે છે. અંદર જવા માટે આપણી જીવન–ઊર્જા – ચેતનાને જે ઈન્દ્રિયો ધ્વારા બહાર જાણકારી મેળવવા જતી હતી તેને પાછી વાળવી પડે છે. અને તેના ઉપયોગથી આંતરિક અનુભૂતિ ધ્વારા જાણવું પડે છે. – જેને સાધના કે તપ કે ધ્યાન કે ભક્તિ જે શબ્દો વાપરીએ, સમય અને સ્થળ અનુસાર બદલાતા જાય છે. અસલ હાર્દ એ છે કે જે રીતે કોમ્પ્યુટરમાં ઊંચી ગુણવતા વાળા કાર્યો માટે હાર્ડવેરને અપગ્રેડ કરવા પડે છે અને નવા સોફ્ટવેર–પ્રોગ્રામ બનાવવા પડે છે. એ રીતે જ આંતરિક જગતમાં આપણી જીવ–ઊજા – ચેતનાને પરિવર્તિત કરવા માટે – અપગ્રેડ કરવા માટે સાધના–તપ–ધ્યાન–ભક્તિ વગેરે કરવા પડે છે. ત્યારે તેના સ્વાનુભવી જાણકારો પાસેથી માર્ગદર્શન મેળવવું અનિવાર્ય બને છે. ત્યારે સાધકના સ્વાનુભવને પ્રમાણિત કરવા માટે કે સાચી દિશામાં આગળ જઈએ છીએ કે ગોળ ગોળ ફરીને અટવાઈએ છીએ? – એના જવાબ માટેની વ્યવસ્થાને સંતવાણી કે ભક્તવાણી કહીએ તો કામ આગળ વધે. એ વાણીને સમજીને સાધક એના અનુભવને પ્રમાણિત કરી આગળનો માર્ગ નક્કી કરી સકે છે.

૧૯.૩.૧ ગુરુ પરંપરાનો સત્સંગ – ગુરુ વાણી

જે જ્ઞાન ચાર વેદો કે સતશાસ્ત્રોમાં લખી સકાતું નથી તેવું પાંચમા વેદનુ તત્વજ્ઞાન, વિ઼જ્ઞાન અને ગૂઢ રહસ્ય કે જે સંતો-ભક્તોએ અનુભવેલું હોય તે અનુભવજન્ય જ્ઞાન, ભજન-વાણી-સાખી કે દોહરા વગેરે મારફતે રજુ કરેલ હોય છે.

તેને ગુરુજ્ઞાન કે ગુરુગીતા પણ કહે છે. તે જ્ઞાન સમજવા માટે ગુરુગમ (પ્રજ્ઞા બુધ્ધિ) હોવી જરુરી છે. સાધના ધ્વારા સાધકની ચેતના અપગ્રેડ – પરિવર્તિત થવાથી ગુરુગમ આવે છે.

સદગુરુદેવ શ્રી હરિરામબાપા તેમના શ્રીમુખેથી સત્સંગ ધ્વારા અમને ગુરુ પરંપરાની જે સાખીઓ ખોલીને સમજાવતા તે સાખીઓ નીચે મુજબ છે.

૦૧. ગુપ્ત સમરણ દીધું ગુરુજીએ, તેથી આત્મા ચિન્હો હમારો
હું અશુધ્ધ હતો તેને શુધ્ધ કર્યો, તે ઘણો ગુણ માનું ગુરુ તમારો.

૦૨. હવે સદાય ઓથ તમારા ચરણનો, સમરવું એક ઈશ્વર સાહેબનું નામ,
ખટ સોહંગ શબ્દની સાનમાં, ઓળખાવ્યો આત્મારામ.

૦૩. હવે નિવૃતિ પ્રવૃતિને પરખી, એક સંકલ્પ-વિકલ્પને દૂર કરો,
આમ જીવન મુક્તિ જાણી, તમે સંતોષ વરને વરો.

૦૪. આ અવલ-કવલની છે સાધના, તેનું સહેજે સ્મરણ કરજો,
અનાદિ વચન ગુરુદેવોનું, તેનું ધ્યાન તમે તમારી નાભિમાં ધરજો.

૦૫. એ પોતાના પૂણ્યના પારખા, તે ગુપ્તદાન દેજો;
આમા શાંતિપદ સોહંગ છે તે તમારો આત્મા ઓળખી લેજો.

૦૬. એ વૃક્ષરુપ એક જ છે. તેમાથી ધ્વાદશ પ્રગટયાં છે ડાળાં,
અનુભવથી ઓળખો તો, સોહંગ પદ છે બાવન અક્ષરથી બારા.

૦૭. સદગુરુએ વચન સૂણાવ્યો, એ જરાય નથી જુઠો,
સત્સંગરુપી પાટી કરી, વચન વતરણેથી એક જ એકડો ઘુંટો.

૦૮. એ દમ કદમના દોરમાં નિરભે પદને નિહાળો, દસમાં સોહંગમાં સૂરતા લગાવો તો આ ઝરે એક અખંડિત ઝરો.

૦૯. એમ વરતી જેની વરમંડમાં વરી, ત્યાં સૂરતા કરે સંગમ,

ગુરુ વચન થકી ઓળખી લેજો, માહી બોલે છે તે નર છે પોતે નિગમનો ગમ.

૧૦. આપમાં અગમ ઉગે તો તમે જાણજો સદગુરુ બતાવે છે સત્ય બ્રહ્મ,
તેમા અલૌકિક અક્ષર ઉકલે તો કોટિક છુટી જાય કર્મ

૧૧. આ અભય વચન સદગુરુએ સુણાવ્યા આ દાસને,
સદગુરુ મળ્યા તો દેહમાં દરશાણાં, હવે રીઝયા રામ રઘુનાથ
દેવ મને દીધી તાળી, મળ્યાં સદગુરુ શ્યામ.
કાપી કર્મની કળી, બતાવ્યો સત્ય બ્રહ્મ ઉપદેશ.

૧૨. તો આદિ–અનાદિની આ સાન છે. સત લોકની; તેને જુક્તિ કરેને જો જો,
આ નામ વચનથી અનેક ઓધર્યા; તમે નિરભે થઈને રહેજો.

૧૩. એ અકળ પુરુષ અવતાર ધરી, ખેલે છે બાવનથી બારો,
ને સબસે ન્યારો, અ છે બોલનહારો – વચન.

૧૪. એક અક્ષરથી આ ખલક સ્થપાયું,
તેમાં સોહંગ નામ હાલે છે સવાયું.

૧૫. આ નામ અને વચનને ઓળખો તો ચૌદ લોક સૂઝે,
જો તે રુપે થઈને રહેશો તો જનમ મરણની ખેપ બુઝે.

૧૬. આ નામને તમે જાણજો કે જાણજો નામનો ભેદ,
કે જે નામથી સૃષ્ટિ બની, ને બન્યા છે ચારે વેદ.

૧૭. એ વચન થકી ચૌદ લોક રચાણા, વચન થકી ચાંદો સૂરજ,
વચન થકી માયા ને મેદની, વચન થકી વરસે સાચા નૂર.

૧૮. રેણ (રાત) સમાણી સૂર્યમાં, સૂર્ય સમાયો આકાશ,
તે આકાશ સમાણું વચનમાં, તે વચન હોઈ કોઈ વિરલા પાસ.

૧૯. બાકી હજારો નામ શ્રીહરિ ના, તે બધા નામની સહી,
પણ જે નામથી નામી મળે, તે નામની ખબર કોઈકને થઈ.

૨૦. નામ મિલાવે રુપને, જો જન કોઈ ખોજી હોઈ,
તો રુપ હૃદયે વસે, તો ક્ષુધા રહે ન કોઈ.

૨૧. સૂરતા જગાડે નામને, નામ જગાડે પ્રેમને,

પ્રેમ જગાડે પુરુષને, પુરુષ જગાડે બ્રહ્મને.

તો હાલતા-ચાલતા, સૂતા-બેસતા, આઠે પહોર હોંશિયાર રહીને શ્વાસો-ઉચ્છવાસથી, સહજ સ્મરણ અજપા જાપ કરતા રહેવું. કુદરત સમે સમે કામ કરતો રહે છે. હંસની કમાઈ પ્રમાણે લાભ આપતો રહે છે. આ નામ-વચનને ખોલીને જોશું તો સદગુરુનું રુપ વિજ્ઞાનથી ઓળખાશે. જે પદ આપણે સમજ્યાં છીએ તે પદમાં સ્થિરતા રાખવી એવી અમો ગુરુચરણમાં રહીને શુભેચ્છા પાઠવીએ છીએ. આગળની યાત્રા ....

શ્રી ગુરુભ્યો નમઃ

૧૯.૩.૨ આત્મારામ અને કાયારાણીનો સંવાદ

આત્મારામ : હે કાયારાણી, તમે શુધ્ધિ, બુધ્ધિમાં આવી જાવ. મારે જવાના ટાઈમ થયો છે. મારા દમ પૂરા થયા છે. તમારે કંઇ પૂછવું હોય તો પૂછી સકો છો.

કાયારાણી : હે આત્મારામ, મેં તમને હૈયામાં હિંચકો બાંધી હિંચોડયાં, રમાડયાં, જુગતીથી જમાડયાં. તો તે પ્રમાણે તમે કેમ કંઇ વર્તતા નથી? અને આમ ચાલ્યા જાવ છો?

આત્મારામ : હે કાયા, આશા છે તે સર્વ નિરાશા છે.

કાયારાણી : હું કંઇ માંગતી નથી. મારે તો જાણવું છે કે તમો કોના છો જાયા? શું નામ લઈને ઘરમાં આયા? તો અમે કયા એંધાણે ઓળખીએ તમને?

આત્મારામ : હે કાયા, ગગન મંડળમાંથી પીયૂ પ્રકાશા ઓ શક્તિના મેં જાયા. નામ અનામી લઈને આવ્યાં. ઘટમાં રુપ ધરાયા. શૂન મંડળમાં ફરું સવાયા. હરો હરમાં દર્શાયા, હવે ચમકીને ચાલ્યો જાવ છું. વાવાઝડી ગોઝારા. એમાં શું જાણે જગત સંસારા રુપ હમારા?

કાયારાણી : આ તો ભેં ભડકા જેવો થયો. મને કંઈ સમજણ પડતી નથી. ક્યાં છે તમારા ગામ? ક્યાં છે તમારા મેલાણ? ક્યાં છે તમારા બેઠણા?

આત્મારામ : હે કાયા, જળ-જમીન મારા ગામડીયા. શૂન મંડળમાં મેલાણ, અધર તખત પર બેઠણા મારા, તું હી, તું હી શબ્દ જેવા મુજ એંધાણ. ઘર-અધર આવું જાવું, અગમ ઘરની ખબરું લાઉ, ઘર-અધર ઘર મારું, નૂરમાં નૂર સમાવું.

કાયારાણી : આ તો તમે મને સાન સમજાવી, મારે તો તમારા દર્શન કરવા છે.

આત્મારામ : **જો તારે દર્શન કરવા હોય તો**

તારી નાભિ કમલમાં નકલંક વાસા,

સોઈ શબ્દ છે બ્રહ્મ ખાસા,
જો બની જાવ એના દાસા,
તો મટે જનમ – મરણના ફાસા,
જો બની જાવ તેના પૂજારા,
તો ઘટમાં થાશે અમારા દીદારા (દર્શન).
હે રાણી આમ જો તમારે કરવું હોય તો...
નૂરત સૂરતામાં મૂર્તિ નિરખ લે, નક્કી કરી લે નિશાના,
આ તો બ્રહ્મરુપ છે મસ્તાના, એના નહી કોઈ અનુમાના.
હે કાયા, તું મત બન બેધાના; આમાં રાંક રખોલિયો,
અને પવન પાણતિયો હંસો હાલ્યો ગામડીયાં ઉજ્જડ કરી.
તમે સર્વે લોકમાં રહેજો મળી, ગુરુ પ્રતાપે ખૂલી જશે કર્મની કળી;
આવો ફેરો કેદી આવશે ફરી?
અરસ-પરસ દર્શન કરજો ને દર્શન દેજો,
આવા ભાવ મુકતા જાવા ને લાવ લેતા જાવા.
રહેવું વચનમાં અને નામને મુકવું નહી. – ભૂલવું નહી.
નૂરત-સૂરતમાં ગુરુને-વચનને રેઢા મુકવાં નહી.
તો આત્માનો જોગ પાકી જશે. અને,
જે વસ્તુ જ્યાંથી નિકળી ત્યાં સમાય તો – સૂરતા શબ્દમાં સમાય તો
ચોર્યાસીના બંધન છૂટી જાય.

પછી તો ખમૈયાનો ખલકો કરી આવી જેણે રાખી નામ-વચનની ટેક, પહેરી લીધા બ્રહ્મ ભેખ, રંગ રણુકારથી રંગેલ તે તો આપો આપ અલેખ. આ તો દેહનું જે જીવન, તે સત જીવન મુક્તિની સાચી સમજણ સદગુરુ આપે. બોલો સર્વદાતા સદગુરુનો જય હો... જય હો... જય હો....

૧૯.૩.૩ એક રુપક

એક કાયા નગરી હતી. તેમા નગરનો રાજા રહેતો હતો. જેનું નામ જીવરાજ હતું. તે રાજાને બે રાણી હતી. એકનું નામ વિધા અને બીજીનું નામ અવિધા હતું. નગરીનો વહીવટ બરાબર ચાલતો હતો. રાજનો વહીવટ રાજા પોતે ચલાવતો હતો. સમય જતાં રાજાનો સહવાસ અવિધા રાણી સાથે રહેતો અને તેનાથી સમયાંતરે ચાર સંતાનો થયાં.

તેમાં મોટા સંતાનનું નામ **કામ,** બીજાનું નામ **ક્રોધ,** ત્રીજાનું નામ **લોભ,** ચોથાનું નામ **મોહ** રાખવામાં આવ્યાં. વખત જતાં ચારેય સંતાનો મોટા થયાં એટલે કે ઉમરલાયક થયાં ત્યારે તેમના લગ્ન થયા – **કામ**ના લગ્ન **તૃષ્ણા** સાથે, **ક્રોધ**ના લગ્ન **ઈર્ષા** સાથે, **લોભ**ના લગ્ન **અદેખાઈ** સાથે તથા **મોહ**ના લગ્ન **આશા** સાથે; એવી ચારે સ્ત્રિઓ સાથે કરવામાં આવ્યા.

રાજનગરીનો વહીવટ જીવરાજ પોતે નીતિથી ચલાવતો હતો. તેથી તેમના સંતાનો અને પુત્રવધૂઓ નારાજ હતા. કારણ કે એમની ઈચ્છા પ્રમાણે વિલાસ વૈભવ માણવા કે વિષયો ભોગવવામાં રાજાની નાતિ નડતી હતી. તેથી બધાં સંતાનો અને તેની પત્નિઓએ મળીને નક્કી કર્યું કે રાજનો વહીવટ પોતાના હાથમાં લઈ લેવો. અને રાજાને – પોતાના પિતાને – રાજની નજર કેદમાં પૂરી દેવા.

આમ એક દિવસ જીવરાજને **નજર** કેદમાં પૂરીને રાજની સતા બધાં સંતાનોએ સંભાળી લીધી. તેમાં મોહ રાજા થયો, કામ દિવાન-પ્રધાન થયો, ક્રોધ સરસેનાપતિ થયો, અને લોભ ખજાનચી થયો. આમ વખત જતાં રાજના વહીવટમાં અનિતી આવી ગઈ ને લાંબેગાળે નગરીમાં અરાજકતા, અંધાધૂંધી, અવ્યવસ્થા વગેરે વગેરે થતાં પ્રજા બધી દુખી થઈ ગઈ. જીવરાજભાઈ દુખી થઈ ગયા અને નજર કેદના બંધનમાથી કેમ છૂટવું? તેના વિચારો કરે અને તેના જુના જે અધિકારીઓ હતા તેને વિનંતી કરે કે મને આ બંધન-દુખમાંથી છોડાવો. પણ બધા અધિકારીઓ, નગરશેઠો, કે ધર્મગુરુઓ કે સજ્જનો પોતાની લાચારી બતાવીને કહેતા કે અમને દયા આવે છે. પરંતુ અમારી પાસે તમને છોડાવવાની સતા નથી કે જેથી તમને મુક્ત કરીએ. આમ રોજ બધાને પૂછતા ફરે પણ કોઈ છોડાવી શકે તેમ ન હતા. પણ એક દિવસ ત્યાંથી સંત-મહાત્મા પસાર થયા એટલે જીવરાજે તેમને વિનંતી કરી કે મને આ નજર કેદના બંધનમાંથી છોડાવો.

ત્યારે સંતે કહયું કે આ બંધનમાંથી તમને બીજા કોઈ નહી છોડાવી શકે. આ બંધનનું કારણ તમે પોત જ છો. તેમ છતાં સલાહ આપી કે આ બંધનમાંથી છૂટવું હોય તો તે તમારા હાથની વાત છે. ત્યારે રાજાએ કહયું કે તમે કહો તેમ કરવા હું તૈયાર છું પણ મુક્ત થવાનો કોઈ પણ ઈલાજ બતાવશો, તો તેમ કરવા મારા જીવના જોખમે પણ હું કરીશ.

રાજાની આ સ્થિતિ જોઈને સંતને દયા આવી અને સલાહ આપતા કહયું કે જુઓ રાજા તમારે બે પત્નીઓ છે. તેમા તમે અવિધાના સહવાસમાં રહેવાથી આ તમારા સંતાનો થયા છે તેમણે બધાએ મળીને તમને નજર કેદમાં પૂરી દીધા છે અને નગરીનો વહીવટ પણ ખરાબ થઈ ગયો છે. પણ હજુ તમારી જે વિધા રાણી છે તે તમારું જ સુખ ઈચ્છે છે. હજુ પણ તમે તેના

સહવાસમાં રહેશો તો તેનાથી જે સંતતિ થશે તે તમને બંધનમાંથી મુક્ત કરશે. સંતે કહ્યું કે "જેને કોઈ ન પહોચે તેને તેનું પેટ પહોચે." એ સિધ્ધાંત સમજાવ્યો.

તેથી રાજા સંતની સલાહ પ્રમાણે અવિધાનો સંગ છોડીને વિધાના સહવાસમાં રહેવા લાગ્યા. તો સમય જતાં તેને પણ સંતાનો થયાં પહેલો **જ્ઞાન,** બીજો **વિચાર,** ત્રીજો **વિવેક,** ચોથો **વૈરાગ્ય.** આમ થોડા સમયમા ચારેય સંતાનો મોટા થયાં. અને ભાઈઓ વચ્ચે યુધ્ધ થયું. તો યુધ્ધમાં **જ્ઞાને મોહને** હરાવ્યો. **આત્મ વિચારે કામને** હરાવ્યો. **સત અસતના વિવેકે ક્રોધને** હરાવ્યો. **વૈરાગ્યે લોભને** હરાવ્યો. આમ ચારેયને હરાવી રાજનો વહીવટ વિધાના સંતાનોએ લઈ લીધો. અને પોતાના પિતાને નજર કેદમાંથી મુક્ત કર્યા. ત્યારે જીવરાજે જ્ઞાનને રાજગાદી સોંપી. વિચારને દીવાનપદ-પ્રધાનપદ આપ્યું. વિવેકને સરસેનાપતિ-રક્ષણખાતું આપ્યું અને વૈરાગ્યને ખજાનચી બનાવ્યો.

ત્યારે તે ચારેય સંતાનાએ પોતાના પિતાશ્રી એવા જીવરાજને નગરીના મહારાજા તરીકે કાયમ માટે પદ પર બેસાડીને બહુમાન કરીને આખી કાયા નગરીનો વહીવટ ફરીથી સુધારીને નીતિ ન્યાયથી વહીવટ થવા લાગ્યો. અને ચારેય સંતાનોના લગ્ન પણ રાજકુંવરીઓ સાથે થયા. નીતિ, નિષ્ઠા, દયા, કરુણા એવી સતકૂળની કુંવરીઓ સાથ થયાં. અને આખી નગરી કે જે નર્કાગાર જેવી હતી તે સ્વર્ગપૂરી જેવી થઈ ગઈ. અને બધાં મુક્ત થઈ ગયા.

જોયું સંતવાણી અદભૂત છે! સંતો-ભક્તો કેવી રીતે અનુભવેલું જ્ઞાન, ભજન-વાણી- સાખી કે દોહરા, વાર્તા કે રુપક વગેરે મારફતે સંક્ષેપમાં કહી દે છે. કેટલું મોટું શાસ્ત્ર - વિશાળ વૃક્ષને બીજ બનાવીને કહી દીધું. આનું વિવરણ આપણે જાતે કરવાનું છે અને તેનો સાર સમજીને જીવનમાં ઉતારવાનો છે. એને જીવનમાં ઉતારવા માટે જે આત્મબળ જોઈએ એ બળ જે સાધના બતાવવામાં આવેલી છે તે સહજ સાધના કરતા રહેવાથી જીવરાજભાઈ મુક્ત થઈ જશે. અને નગરી સ્વર્ગ સમાન થશે.

નોંધ : અવિધા : પ્રાકૃતિક વિધા, ભૌતિક જ્ઞાન.

વિધા : બ્રહ્મ વિધા, આધ્યાત્મિક જ્ઞાન.

આમ જીવ જ્યારે મન વડે સાધના કરીને પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્માને પામીને સત્યમાં સ્થિર થશે ત્યાર બાદ પરમાનંદનની સ્થિતિએ પહોચવાનો ક્રમ નીચે મુજબ છે.

૧. હૃદયમાં સત્યનું પ્રાગટ્ય થાય છે. અને સત્ય જ્યાર પરિપક્વ થાય છે. તેનામાં સત નીતિ આવે છે. આમ સત્ય અને નીતિ સાથે રહેવાથી (જીવનમાં બનેનું આચરણ

કરવાથી) હૃદયમાં ધર્મનું પ્રાગટ્ય થાય છે. ત્યારે તે ખરા અર્થમાં સત ધર્મનું પાલન કરીને ધાર્મિક બને છે.

૨. જ્યારે **સત્ય, નીતિ** તથા **સતધર્મ** હૃદયમાં સાથે કાર્ય કરશે, ત્યારે સતધર્મ પરિપક્વ થાશે અને ત્યારે તેનામાં **દયા**નો ગુણ પ્રાગટ્ય થાશે. આમ **ધર્મ અને દયા** સાથે રહીને કાર્ય કરશે, ત્યારે તેનામાં **ન્યાય**નો ગુણ પ્રાગટ્ય થશે.

૩. આમ **સત્ય, નીતિ, ધર્મ, દયા** વડે **ન્યાય**નું પાલન થશે ત્યારે ન્યાય પરિપક્વ થતાં તેનામાં **કરુણા-ક્ષમા**નો ગુણ પ્રાગટ્ય થશે. આમ **ન્યાય અને કરુણા** સાથે આચરણ કરતાં તેના હૃદયમાં **સંતોષ**રુપી બાળકનો જન્મ થશે.

૪. હવે હૃદય કેન્દ્રમાં **સત્ય, નીતિ, ધર્મ, દયા, ન્યાય, કરુણા, ક્ષમા** બધાનો નિવાસ હોવાથી **સંતોષ**રુપી બાળકનું પોષણ સારી રીતે થશે અને સંતોષ પણ પરિપક્વ થાશે ત્યારે **તૃપ્તિ**નો ગુણ પ્રાગટ્ય થશે. આમ **સંતોષ અને તૃપ્તિ**ના ગુણોનું આચરણ થવાથી **સુખ**રુપી બાળકનો જન્મ થશે.

૫. હૃદય કેન્દ્રમાં પ્રગટ થયેલા બધા ગુણો સાથે રહીને **સુખ**રુપી બાળકનું પાલન પોષણ કરીને પુખ્ત બનાવશે, ત્યારે **શાશ્વત સુખ**નો હૃદયમાં અનુભવ થશે. ત્યારે હૃદયમાં **શાંતિ** સ્થપાશે. આમ કાયમી ધોરણે જ્યારે હૃદયમાં **સખ, શાંતિ** સાથે રહેશે, ત્યારે **પરમ આનંદ**રુપી બાળકનું હૃદય કેન્દ્રમાં પ્રાગટ્ય થશે.

૬. આમ હૃદય કેન્દ્રમાં પરમાત્માના બધા પરિવારજનો એક સાથે – **સત્ય, નીતિ, ધર્મ, દયા, ન્યાય, કરુણા, ક્ષમા, સંતોષ, તૃપ્તિ, સુખ, શાંતિ** – મળીને જ્યારે આનંદનું પોષણ કરે છે, ત્યારે તે **આનંદ** પરિપક્વ થઈને **અખંડ આનંદ**માં સ્થિતિ કેળવી લેશે. અને પરમાનંદમાં રુપાંતરિત થઈને **પરમહંસ**નું રુપ ધારણ કરીને **પરમાત્મા**માં સમાઈ જઈને **કૈવલ્યપદ**ને પામીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

પરમાત્મા

પેઢી	પુરુષ	પ્રકૃતિ	સંતાન
૧.	સત્ય	નતિ	ધર્મ
૨.	ધર્મ	ડયા	ન્યાય
૩.	ન્યાય	કરુણા-ક્ષમા	સંતોષ
૪.	સંતોષ	તપ્તિ	સુખ
૫.	સુખ	શાંતિ	આનંદ

આનંદ પુખ્ત થતાં પરમાનંદનની છેલ્લી સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

આમ પ્રથમ પરમાત્મામાંથી – પુરુષ, પ્રકૃતિ વગેરેની - ઉત્પતિ, વચ્ચે પુરુષ અને પ્રકૃતિનો ખેલ કે નૃત્ય છે. આખરે પરમાત્મામાં જ લય પામે છે.

આ તો સદગુરુ શ્રીહરીરામ બાપાની સંતવાણી જોઈ. આવા તો ઘણા સંતશ્રી-સદગુરુશ્રી-ભક્તોશ્રી થઈ ગયા. ચાલો તેમની સંતવાણીનો નજારો માણીએ. જય ભગવાન.

૧૯.૪.૧ ગંગાસતિની વાણી

(જુગતિની જાણ)

જુગતિ તમે જાણી લેજો પાનબાઈ
મેળવો વચનનો એક તાર
વચન રુપી દોરમાં સૂરતાને બાંધો
ત્યારે મટે જમડાનો માર... જુગતિ...
ભાઈ રે! જુગતિ જાણ્યા વિના ભક્તિ નહી શોભે
મરજાદ લોપાઈ ભલે જાય
ધરમ અનાદીનો જુક્તિથી ખેલો
જુક્તિથી અલખ તો જણાય... જુગતિ...
ભાઈ રે જુગતિથી ત્રણ સહેજે ગુરુપદ જડે પાનબાઈ
જુગતિથી તાર જોને બંધાય
જુગતિથી ત્રણ ગુણ નડે નહી
જુગતિ જાણે તો પાર પહોચી જવાય... જુગતિ...
ભાઈ રે! જુગતિ જાણે તેને અટકાવનાર નવ મળે
તે તો હરિ જેવા બની રેવે સદા
ગંગાસતિ એમ બોલીયાં રે
તેને તો નમે જગતમાં બધાં... જુગતિ...

વાણીનો સાર :

ગુરુ વિના જ્ઞાન નહી, જ્ઞાન વિના વિજ્ઞાન નહી. અને વિજ્ઞાન વિના જુગતિ નહી, જુગતિ વિના મુક્તિ નહી.

ગંગાસતિ કહે છે કે સાધના કરીને વચન જાગૃત કરો તથા સૂરતાને સાધીને, વચનના દોર સાથે સૂરતાને બાંધવી તો આમ કરવા માટે સાધનાની પહેલી ભૂમિકા પ્રમાણે સાધના કરીને – સૂરતા સાધીને, બીજી ભૂમિકાએ સાધના (અજપા જાપ) કરીને શબ્દ (નાદબ્રહ્મ) કે જે પહેલી ભૂમિકાએ નામ જાગૃત થયું તે વચન (શબ્દ) સાથે સૂરતાને જોડી દેવી. જો સૂરતા શબ્દ સાથે ભળીને એક દોર નહી થાય તો પરમ પદને પામવાનું કાર્ય અધુરુ રહેશે. ભક્તિ શોભાયમાન નહી થાય. અને આ સાધના કરવા માટે નિંદા, ટીકા થાય તો તેની પરવા કરવી નહી. પણ સાધનાની જુગતિથી ત્રીજી, ચોથી, પાચમી અને છઠઠી ભૂમિકાએ પહોચી જઈને અનાદિના ધર્મને, અલખ કે'તા પરમાત્માને જાણી લ્યો. ત્રણ ગુરુપદ એટલે **ગુરુ બ્રહ્મા, ગુરુ મહેશ, ગુરુ વિષ્ણુ.** આ સાધના કરતાં મનનું રુપાંતર સૂરતા, બ્રહ્મ, શિવ અને સતલોક સત્યરુપે કે વિષ્ણુરુપે અનુભવ થાય છે.

અને સાધનાની આ જુગતિથી જ આપણી સૂરતાનો તાર ત્રણેય ગુરુ (મોટી શક્તિ) સાથે જોડાય છે.

આ સૂરતા-શબ્દના યોગની સાધના કરવામાં માયા કે તેના ત્રણ ગુણ – **રજો, તમો, સત્વનો** વિક્ષેપ આવે નહી. તો આ સૂરતા શબ્દના યોગની પધ્ધતિથી સાધના કરે તેને જગતમાં કોઈ અટકાવી ન શકે. કાળ કે માયા પણ નડે નહી ને આખરે હરિ જેવા એટલે કે આત્મા સ્વરુપે રહે સદાય. (અને **'એ જીવતાને જાણે નહી અન મુઆને મથે તો કેમ કરીને પતે.'**)

ગંગાસતિ કહે છે કે આવા જુકતિથી પરમપદને પહોચેલાને જગતમાં બધા નમતા હોય છે.

૧૯.૪.૨ ગંગાસતિની વાણી

(વચનની શક્તિ)

સાનમાં સાન એક ગુરુજીની કહું પાનબાઈ
જેવી ઉપજે આનંદના ઓઘ રે,
સિધ્ધ અનુભવ જેના ઉરમાં પ્રગટે
તેને મટી જાય માયા કેરો ક્ષોભ... સાનમાં...
ભાઈ રે! ચૌદ લોકથી વચન છે ન્યારું પાનબાઈ
તમે તેની કરી લીયો ઓળખાણ
જથારથ બોધ વચનનો જોતા પાનબાઈ
મટી જાય મનની તાણા વાણ... સાનમાં...

ભાઈ રે! વચન થકી ચૌદ લોક રચાણા
વચન થકી ચંદા ને સૂર
વચન થકી માયા ને મેદની પાનભાઈ
વચન થકી વરસ સાચા નૂર... સાનમાં...
વચન જાણ્યું તેણે સર્વ જાણ્યું પાનબાઈ!
તેને કરવું પડે નહી બીજું કાંઈ.
ગંગા રે સતિ એમ બોલિયા રે,
તેને નડે નહી માયા કેરી છાંય... સાનમાં...

વાણીનો ટૂંકસાર :

ગંગાસતિ પાનબાઈને નામ તથા વચનનો મહિમા સમજાવતાં કહે છે કે આપણા દરેકની અંદર જે ધુનાત્મક નાદ ગાજી વાજી રહયો છે તેને **નાદબ્રહ્મ** કે **સતનામ** અથવા **અનાહતનાદ** કહેવાય છે. આમ **અંતરનાદ** તરફ ઈશારો કરીને કહયું છે કે **જે નાદ સંભળાય છે તેને નામ કહેવાય** અને **એ નાદ સૂરતા વડે સાંભળવાથી ખૂબ જ આનંદ આવે છે.** અને જગતના દુખ ભૂલાય જાય છે. **સાધનાની પહેલી ભૂમિકા**માંથી સાધક પસાર થાય છે ત્યારે અનુભવાય છે.

એ નામને **સોહં** અથવા **હંસો** પણ કહેવાય એમ સાન કરીને સમજાવે છે કે મન જ્યારે પ્રાણ-અપાન (શ્વાસોશ્વાસ) સાથે નામનો જાપ કરે છે ત્યારે આનંદ વર્તાય છે. અને જ્યારે જાપ કરતાં કરતાં નામ જાગૃત થાય છે અને સૂરતાથી અજપા જાપ કરીને નામને સિધ્ધ કરે છ ત્યારે માયાનો ક્ષોભ કે'તા દેહાધ્યાસ છૂટી જાય છે (કાયા એ જ માયા છે) અને સાધક-પોતે સબળ બ્રહ્મની સ્થિતિને પામે છે. આમ નામનો મહિમા સાનથી સમજાવ્યો.

હવે વચન વિષે સમજાવતા કહે છે કે ચૌદ લોકથી વચન ન્યારું છે. તો એ ચૌદ લોક કોને કહેવાય? :

૪ – અંતઃકરણમાં – મન, બુધ્ધિ, ચિત, અહંકાર.

૫ – જ્ઞાનેન્દ્રિયો – આંખ, કાન, નાક, જીભ, ત્વચા.

૪ – કર્મેન્દ્રિયો – હાથ, પગ, જનનેન્દ્રિય, ગુદા-ઉત્સર્જન.

૧ – પ્રાણ.

આમ આપણાં શરીરમાં ૧૪ વિભાગ આવેલા છે. તે ચૌદ લોકથી વચન ન્યારું છે. પણ ચૌદે લોક વચનનાં આધારે ટકી રહેલ છે. કારણ કે આપણાં શરીરના બધા વિભાગ-તંત્રો

પ્રાણથી ચાલે છે અને પ્રાણ વચનના આધારે ચાલી રહયો છે. વચન કે'તા પ્રણવ અથવા ઓહંગ કે જેની શકિત અપાનને અંદર ખેંચે છે અને પ્રાણને બહાર કાઢે છે. કે જેનું સ્થાન આપણાં શરીરમાં આંતરિક કુંભક છે. તેને અનાહત કેન્દ્ર પણ કહે છે. પ્રાણનું કેન્દ્ર હૃદય પણ કહેવાય છે.

પ્રાણનું, હૃદય કેન્દ્ર પણ કહેવાય છે. સૂરતા-શબ્દના યોગથી ત્રીજી ભૂમિકા દરમ્યાન અનાયાસે કુંડલીની શક્તિ કે'તા વચન જાગૃત થાશે ત્યારે તેની ઓળખાણ થઈ કહેવાય. અને જ્યારે આજ્ઞા ચક્ર પાસે સબળ બ્રહ્મરુપે થયેલા મનનો મિલાપ તે શક્તિ સાથે થશે ત્યારે **જથારથ – જેમ છે તેમ – અપરોક્ષ રુપે** – જ્ઞાન થશે. ત્યારે મનના સંકલ્પ-વિકલ્પો વગેરે તાણ -વાણ મટી જાશે.

વચન વિષે **સમજાવતા** વધુ કહે છે કે આખી **સૃષ્ટિની રચના** પણ **મૂળ વચન થકી** થઈ છે. **તે કેન્દ્રને સમષ્ટિનું કેન્દ્ર** પણ કહે છે. કે **જ્યાંથી સતત સ્પંદનો નિકળ્યા જ કરે છે.** તે **શક્તિના આધારે સૃષ્ટિ ટકી રહી** છે. અથવા તો એ શક્તિથી આખી **સૃષ્ટિ સંચાલીત થઈ રહી** છે. આધુનિક **ખગોળ શાસ્ત્રીઓ** કે **વૈજ્ઞાનિકો** પણ તેનો તાગ મેળવવા **સંશોધન કરી રહયા** છે.

ગંગાસતિ પાનબાઈને સમજાવતા કહે છે કે....

વચનથી જ **ચૌદ લોક પીંડરુપી શરીરમાં બન્યા** છે. અને **પીંડે સો બ્રહ્માંડે** એટલે કે જેમ **પીંડની રચના વ્યષ્ટી રુપે થઈ** તેમ **સમષ્ટી રુપે બ્રહ્માંડની પણ થઈ.** વચન થકી ચંદાને સૂર એટલે કે વચનના આધારે સૂર્યનાડી અને ચંદ્રનાડી (જેને ઈડા અને પિંગળા પણ કહેવાય છે) ચાલે છે; કે જેથી શ્વાસોચ્છવાસ ચાલી રહયા છે.

વચન થકી માયા કે'તા કાયા અને મેદની કે'તા તેમા આવેલ હાડકાં-માંસ-મજ્જા-લોહી, પાંચ પ્રાણ, પાંચ ઉપપ્રાણ, મળ, મુત્ર, કફ, પિત વગેરે વગેરે તથા સૂક્ષ્મ તત્વો જેવા કે મન, બુધ્ધિ, ચિત, અહંકાર અને માયાનો પરિવાર જેવા કે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, ત્રણ ગુણ, પાંચ વૃતિઓ, પાંચ કલેશો વગરે વગેરે આ બધાને માયા ને મેદની તરીકે ગંગાસતિએ ઓળખાવ્યા છે. આ બધા સાથે ચેતના કે'તા નૂર આખા શરીરમાં વ્યાપક રીતે છે તે પણ વચન થકી જ છે.

માટે વચનનો મહિમા સમજાવતા ગંગાસતિ કહે છે કે સર્વોતમ એવું વચન જે આપણી અંદર છે તેને યોગની ત્રીજી ભૂમિકાની આખરે જ્યારે વચનનો બોધ થયા પછી તેના પ્રયાસોનો અંત આવી જાય છે. માટે ગંગાસતિએ કહયું છે કે **તેને કરવું પડે નહી બીજું કાંઈ.** ત્યાર પછીનું કાર્ય વચન કે'તા કુંડલીની શક્તિથી થયા કરે છે. અને તેને માયાનો કે કાળનો કોઈ વિક્ષેપ નડતો નથી. જેમ સૂર્ય પાસે અંધારુ ન જઈ શકે તેમ વચન પાસે માયા ન જઈ શકે.

૧૯.૫.૧ પાનબાઈની અનુભવ વાણી

-(ઉલ્લાસ)-

ઉલટ સમાવ્યો સૂલટમાં ને, સૂરતા ગઈ શૂન માય રે
ભાળી સ્વામિની ભોમકાને, હરિ જોયા અખંડ મીન માય રે
ભાઈ રે આવરણ ઉપાધિ મટી ગઈ ને, હવે થયો છે આનંદ રે
બ્રહ્મ ભાળ્યા એક તારમાં ને, ત્યારે તૂટયો પ્રપંચનો ફંદ રે
ભાઈ રે! અવિનાશી મે અખંડ જોયા ને, જ્યાં નામરુપનો નાશ રે
સચ્ચિદાનંદ પૂરણ સદા સ્વામિને, તેને જોઈને થયો ઉલ્લાસ રે
ભાઈ રે! અવાચ્ય પદ અખંડ અનામીને, તેને જોઈને થયો ઉલ્લાસ રે
ગંગાસતિ પ્રતાપે પાનબાઈ બોલ્યા ને, કીધો મૂળ અવિધાનો નાશ રે

વાણીનો સાર :

ગંગાસતિએ પાનબાઈને જીવનમુક્ત થવાનો જે બોધ આપ્યો હતો તે પ્રમાણે જુક્તિ – મુક્તિના વિજ્ઞાન પ્રમાણે અભ્યાસ કરતાં કરતાં, જ્યારે પાંચમી ભૂમિકાએ તેની સૂરતા કુટસ્થ બ્રહ્મમાં (પ્રાણવનાદ-મૂળશબ્દ-વચન) કે જ્યાં કાળ કે માયા કાંઈ નથી તે સ્થિતિને **'સૂરતા શૂનમાં સમાણી'** કહેવાય. તે અભ્યાસ દરમ્યાન બન્ને પ્રાણ તથા અપાન સાહજીક રીતે સમાન, સમતોલ, અને સરખા સમયાંતરે ચાલતાં-ચાલતાં સહજ સૂખમણાના માર્ગ-રસ્તા પર ચાલવા લાગે છે. ત્યારે બને પ્રાણ ભેગા થઈને એક સાથે ચાલવા લાગે છે, ત્યારે તેને **ઉલટ સમાવ્યો સૂલટમાં** કહેવાય. એ શૂન્ય દશામાં ત્રીજુ નેત્ર – બ્રહ્મરંધ્ર ખુલી જતાં, જ્યાં સદાશિવ બિરાજમાન છે તે સહસ્ત્રદળ કે જેને પાનબાઈએ **સ્વામીની ભોમકા** કહી છે તે સ્થાન; અને તે સ્થાને બિરાજમાન પરિબ્રહ્મ પરમાત્માના દર્શન કર્યા. આ સ્થિતિ પહોચતા આવરણ, ઉપાધિ કે'તા અહંકાર અને સંચિત કર્મોના બીજરુપ ઉપાધિનો નાશ થયો. અને હૃદયમાં આનંદ વર્તાણો.

જ્યારે બ્રહ્મને ભાળ્યાં એકતારમાં એટલે કે સૂરતા બ્રહ્મમાં ભળીને બ્રહ્મ સાથે એકરુપ બ્રહ્માકાર થઈ ત્યારે પ્રપંચ કે'તા પાંચ તત્વો, પાંચ વિષયો, પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો, પાંચ કર્મેન્દ્રિયો, પાંચ પ્રાણ, પાંચ ઉપપ્રાણ એવી રીતે સૂક્ષ્મ દેહ અંતઃકરણમાં પાંચ જીવ, અહંકાર, ચિત, બુધ્ધિ, મન તથા પાંચ ચિત વૃતિઓ પાંચ મનના કલેશો વગેરે પ્રપંચની જાળ તૂટી ગઈ ને સત-ચિત-આનંદ-નામ-રુપમાંથી જ્યારે પરમાત્માને અખંડ રુપે જોયાં, ત્યારે નામ રુપનો પણ નાશ થયો અને સચ્ચિદાનંદ પૂર્ણ સ્વામીના દર્શન કરીને હૃદયમાં ઉલ્લાસ થયો.

મન, બુધ્ધિ કે વાણીમાં ન આવે એવું અવાચ્ય રુપ કે પદમાં રહેલ અખંડ, અનામીનો અપરોક્ષ રીતે સાક્ષાત્કાર થયો એટલે કે અંતરઘટમાં અનુભવ થયા ત્યારે મૂળ અવિધા કે'તા મહામાયાનો નાશ થયો અને જન્મ મરણના ચક્રમાંથી મુક્તિ મેળવીને અવિનાશી પદને કે નિર્વાણપદને પામ્યાં.

૧૯.૬.૧ રવિસાહેબની અનુભવ વાણી

મન માંહી નિજ તત્વ હે, દેખે કોઈ પૂરા
તા થૈ તા થૈ હોઈ રહયાં, બાઝ અનહદ તુરાં... ૦૧
મૂળ મંત્ર આરાધિએ શિવ-શક્તિકા મેળા
જીવ બ્રહ્મ ન્યારા નહી, મન-પવન હુવા ભેળા... ૦૨
મન પવન ભેળા હુવા, બ્રહ્મ સાગરે માહી
બાજા બાજે ગેબ કા, પણ દિસત નાહી.......... ૦૩
પ્રેમ દોર કોઈ ચઢ ચલે, ગુરુ શબ્દ નિંધાણી
રુપ રેખા ઉન ઘર નાહીં, નાહીં વેદ અરુ વાણી...... ૦૪
જપ તપ તિરથ ત્યાં નાહી, નહી સેવા ને પૂજા
અક અકેલા રામ હૈ; અવર દેવ ન દૂજા............ ૦૫
ચાંદ નાહી સૂરજ નાહી, નહી ધૂપ નહી છાયા,
પવન નહીં પાણી નહી, નહીં કાયા ને માયા.......... ૦૬
ધરણ નહી આકાશ નહી, નહી દિવસને રાતી
અલખ પુરુષ પ્રકાશિયા, નહી દિવો ને બાતિ.......... ૦૭
ઐસા કોન જોગેશ્વરા, વાકા રુપ લખાવે
બાજા બાજે ગેબકા, ત્યાં જઈ સૂરતા લગાવે............ ૦૮
આ કથા કહાનિ રામકી, કથની સે ન્યારી,
આપે આપ ઉપજ્યાં, આપસે એસી જુગત સમારી....... ૦૯
માપ થાય કછુએ નાહીં, ઐસા તોલ અતોલા,
રવિદાસ ભાણ પ્રતાપે, વસ્તુ પ્રગટ બોલા............... ૧૦

વાણીનો ટૂંકસાર :

નિજ તત્વ કે'તા આત્મા પોતાના મનમાં જ રહેલ છે. તેને તો કોઈ સૂરતા-શબ્દનો પૂરો અભ્યાસ કરે તો તું હી – તું હી રુપે જે અનાહત નાદ ચાલી રહયો છે તે શબ્દમાં સૂરતા સમાઈ જઈને મનનું રુપાંતર બ્રહ્મ કે'તા આત્મામાં થાય છે. કોઈ વિરલાઓ જ આવો પૂરો અભ્યાસ કરીને પૂર્ણ પંથને પામે છે અને પૂર્ણ રપે બને છે.

(સૂરા-પૂરા) (જે સાધનામાં સૂરા, તે બને છે પૂરા)

હવે સાધના કે આરાધનાની રીત સમજાવતા કહે છે કે મૂળ મંત્ર કે'તા ધુનાત્મક નામ અથવા અનાહત નાદ માટેની આરાધના કે ધ્યાનનું કેન્દ્ર ત્યાં બનાવવું કે જ્યાં અપાન અને પ્રાણ કુંભકના સ્થાને મળે છે. (શ્વાસ શિવ છે અને ઉચ્છ્વાસ શક્તિ છે.) જ્યારે મન, પવન કે'તા પ્રાણની સાથે જોડાઈને જાપ કરતું હોય છે ત્યારે કુંભકના સ્થાને મન અપાન સાથે દાખલ થશે કે જે સ્થાનમાં નાદ ગુંજી રહયો છે. આમ **મન-પવન-અને બ્રહ્મ** એક જ સ્થાનમાં ભેળા થાય છે ત્યારે જીવ બ્રહ્મ રુપે બને છે. જુદા નથી હોતા, **જીવ કે'તા મન અને નાદ કે'તા બ્રહ્મ**, બંને તે સ્થાને મળે છે. આમ જ્યારે મન-પવન, બ્રહ્મ સાગરમાં મળે છે ત્યાં આકાશી અવાજ, રણુકાર (કે જેને અનાહત નાદ પણ કહે છે.) ઝાંઝરી-ઝાલરી, ઘંટડી, મોરલી વગેરે વગેરે જાતના વાજીંત્રો જેવા નાદ વાગતા હોય છે. તે સૂરતાથી સંભળાય છે પણ દેખાતા નથી. જો કોઈ સાધક મુમુક્ષુ ભાવે (પ્રેમથી) નૂરતા-સૂરતાના વિજ્ઞાન વડે એટલે કે સૂરતા શબ્દની સાથે નૂરતા કે'તા પ્રકાશના માર્ગે આગળ વધીને જ્યાં ગુરુ શબ્દ કે'તા વચન-પ્રણવનાદ સંભળાવા લાગે તો આત્મા સ્વરુપને પામ્યાની તે નિશાની છે.

તે એવી શૂન્ય સ્થિતિમાં છે કે જ્યાં રુપ કે **આકાર કે વિચાર કે વાણી, જપ, તિરથ, સેવા-પૂજા વગેરે બધાથી અતિત;** જેમ કે શબ્દાતિત-ભાવાતિત-ગુણાતિત-જ્ઞાનાતિત-તુરિયાતિત એક પોતે, પોતાના આત્મા – નિર્ગુણ, નિરાકાર સિવાય, બીજા કોઈ દેવી-દેવતા પણ નથી. ત્યાં નથી ધરતી કે આકાશ, ચાંદો કે સૂરજ, દિવસ કે રાત્રી, કે નથી કાળ કે માયા, ત્યાં એક પરિબ્રહ્મ પરમાત્માનો પ્રકાશ કે જે વગર દિવા અને વગર વાટે ઝળહળી રહયો હતો તે અનુભવાયો.

એવો કોણ યોગી-સાધક છે કે ત્યાંનુ વર્ણન કરે કે જ્યાં આસમાની અવાજ ગાજી વાજી રહયો છે, ત્યાં પહોચીને સૂરતાને શબ્દમાં સ્થિર કરે. આ કથા કે'તા વર્ણન, રામની કે'તા નામ-વચનની વાતો, વાણીથી કે લખાણથી કહી શકાય એમ નથી. ચાર વેદોથી પણ પર પંચમ વેદની વાતો છે. એટલે કે પોતામાંથી જ પોતે વાણીરુપે બનીને **પરાવાણી રુપે નિકળી,** ત્યારે જે બોલે છે **તે બીજો નથી,** પણ છે **પરમેશ્ર્વ પોતે.** એવી જુક્તિ તેમાં રહેલી છે. રવિસાહેબ કહે છે કે ગુરુની કૃપાએ કરીને તે વાતો પ્રગટ થઈ.

૧૯.૭.૧ કબીર સાહેબની વાણી

તું મદનસે જા ચલી, તુજે રોકને વાલા નહિં કોઈ
કિડીબાઈ ચાલ્યાં સાસરે, નવ મણ કાજલ સાથ;
હસ્થી લીયા ગોદમેં ને ઉટિયા લીયા લટકાઈ.......... ૧
પહેલા જનમ્યાં છોટા બાળ, પીછે હુઆ બડેરા ભાઈ
ધામધૂમ સે બાવા જનમ્યાં, પીછે જન્મી તેની માય..... ૨
પહેલા સદગુરુને દૂધ જમાયા, પીછે દોહી ગાય;
બછડા માંકે પેટમેં, માખન હાટ બેચાય............... ૩
ઈન્ડા હતા તબ બોલતા'તા, બચ્ચા બોલત નાય;
સારે સંસાર ઢુંઢત ફીરો, આ ગોરખકી ગમ નાય....... ૪
હીરા કંચન હરિ નામ હૈ, બાકી સબ કાચ કથીર
રામાનંદકા બાલકા એમ બોલ્યા દાસ કબીર........... ૫

વાણીનો ટૂંકસાર :

કબીર સાહેબ, સાધનામા આગળ વધવા માટે, મનને સમજાવતા કહે છે કે, સૌ પ્રથમ તું સૂરતાને સાધી લે. અને પછી સાધનામાં આગળ વધીશ તો તને કે તારી સૂરતાને, કોઈ આગળ વધવામાં રોકી નહી શકે. અને તું મદનસે એટલે કે સરળતાથી (બેફીકરથી) ચાલી સકીશ.

આમ, સૂરતા સાધવાનો ક્રમ સમજાવતાં કહે છે કે, સૌ પ્રથમ મનને સત્સંગની ખૂબ જ જરૂર પડે. **(સત્સંગ વગર મન સુધરે નહી, ચાહે કોટી કરો ઉપાય.)** સત્સંગ–સમાગમથી આત્મા–પરમાત્મારુપી ધણીની જાણકારી મળે તેથી **અવળ** વાણીમાં કબીર સાહેબ **સત્સંગને** સાસરીયાની અને **મનની માયાવી વૃતિને** કીડીબાઈની ઉપમા આપેલ છે.

શરુઆતમાં મનમાં તો પાચ ઈન્દ્રિયોના વિષયો તથા અંતઃકરણની ચાર વૃતિઓને **નવ મણ કાજલ** કે'તા કાળું અજ્ઞાન ભરેલી સ્થિતિ હતી. અને તેમાંય પાછી સત્સંગમાં, **હસ્તી** કે'તા **મનને** આગળ ખોળામાં અને **ઉટિયા** કે'તા **અહંકાર**ને ઉચે ખંભે રાખેલ. શરુઆતમાં આવી સ્થિતિ વાળું મન પણ જો સદગુરુનો સત્સંગ સાંભળીને **મનન વિચાર** કરે તો પહેલાં જનમ્યાં **છોટા બાળ** કહેતાં **આત્મા** વિષેનું થોડું જ્ઞાન થયું.

અને તેથી શુભેચ્છાથી આગળ વધતાં **બડેરાભાઈ** કે'તા **સત-અસતના વિવેકરુપી** બડેરાભાઈનો જન્મ થયો. આમ મનમાં **જ્ઞાન,** બુધ્ધિમાં **વિવેક** સાથે સત્સંગ સાંભળતા સાંભળતા **ચિતમાં** બધાને ખબર પડે તેમ ધામધૂમથી **વૈરાગ્ય રુપી બાવાનો** જન્મ થયો. આમ મન, બુધ્ધિ, ને ચિત અનુક્રમે જ્ઞાન, વિવેક, ને વૈરાગ્યવાળાં થયાં. ત્યારે હૃદયમાં **ભક્તિભાવ રુપી માતા**નો જન્મ થયો એટલે કે **સાધના કરવાની યોગ્યતા** આવી. ત્યારે સૌ પ્રથમ **સૂરતાને સાધવા માટે** સદગુરુએ **દૂધ જમાયા** કે'તા **ગુરુમંત્ર રુપી મેરવણ** (છ શબ્દો) **દૂધ રુપી** અંતઃકરણ કે'તા **કેળવાયેલા મન**ને બોધ આપ્યો.

ત્યાર બાદ સાધના કેમ કરવી તેની રીત સમજાવતાં કહયું કે **પીછે દોહી ગાય.** એટલે કે ગાયનું દોહન જેમ આંચળથી થાય છે તેમ **બે શ્વાસા વડે મન, પવનની માળા**નો જાપ કરવાની રીત બતાવી. આમ **શ્રધ્ધા અને પ્રમ**થી ગુરુએ બતાવેલી રીત પ્રમાણે **નિયમિત સાધના** કરતાં કરતાં **અનાહત નાદ** સંભળાવા લાગ્યો. એટલે કે **નામ જાગૃત** થયું, ત્યારે **સાંભળવાની વૃતિ** બહીર્મુખી હતી તે **અંતરમુખી** થઈ તેને **સૂરતા સધાણી** કહેવાય. આમ **સૂરતા વડે સાધના** કરતાં કરતાં **બુધ્ધિમાં પ્રકાશ** થયો. **પ્રજ્ઞાવાન** થઈ તેથી **'બછડા માંકે પેટ મેં ને માખણ હાટ વેચાય'** એટલે કે **અનાહત નાદ અંદર પ્રગટ થયો** હોય અને **જ્ઞાનની વાતો મુખેથી થતી હોય** છે. **બીજી રીતે** સમજીએ તો જ્યારે સૂરતા શબ્દ વડે સાધના કરતાં ત્રીજી ભૂમિકાએ પહોચીએ ત્યારે **પરાવાણી કે'તા પ્રણવ નાદ**નું રુપાંતર **પશ્યંતિ મધ્યમા અને છેલ્લે વૈખરી રુપે ભાષાકીય શબ્દો**માં થાય છે તેને **વેદવાણી** પણ કહે છે.

આવી વાતો જ્યારે **સંતના મુખેથી** નિકળતી હોય ત્યારે તેને **આત્મા-પરમાત્માનું માખણ** જેવું જ્ઞાન કહેવાય. તેને **તાવીને,** કે'તા **યથાર્થ રીતે સમજી**એ ને જીવનમાં ઉતારવામાં આવે તો **પૂર્ણ પુરષોતમ રુપી ઘી**નો ફાયદો થાય અને પુષ્ટિ મળે. સાધક જ્યારે ઈન્ડા સ્વરુપે સેવાતો હતો, ત્યારે પ્રશ્ન પૂછતો હતો અને અંદર અનાહત નાદ ચાલતા હતાં. પણ જ્યારે આત્મા રુપે કાળ અને માયાથી પર થઈને પાંચમી ભૂમિકાએ પહોચ્યો ત્યારે **અનાહત નાદ બંધ થઈ ગયા!**

માત્ર પ્રણવ, આસમાની મૌન કે'તા **ખાલી ઝીણી મોરલી, રણુકાર, શૂનકાર સ્થિતિ**એ પહોચી જાય છે. ત્યારે **વાણી વિરમી જાય** છે, એટલે કે **"બચ્ચા બોલત નાય."** જગત દૃષ્ટિએ જે જીવી રહયા છે તે **સંસારી જીવોને તપાસશો તો આ જ્ઞાનની** ગતાગમ નહી પડે. એટલે **"ગોરખ કી ગમ નાય."**

છેલ્લે નામા ચરણમાં કહે છે કે...

હીરા-કંચન હરિ નામ હૈ, બાકી સબ કાચ કથીર

‘હીરા કે’તા વચન અને કંચન કે’તા સતનામ’

પ્રણવ-નાદ એ **શિવ-શક્તિ** રુપે અમર છે. બાકી નામરુપે જે જગત દર્શાય છે તે કાચના ટૂકડા કે કથીરની જેમ નાશવંત છે. એમ કબીર સાહેબનું કહેવાનું થાય છે.

૧૯.૮.૧ ધીરા ભગતની વાણી

પહોર આઠ જાપ જપો, જગત જાણો જાપમાં
સોહંગ શબ્દે સાંકળો, તો અલખ બોલે આપમાં
જાણે જગતમાં જીતી બેઠા, ઉન્દર બેઠા કાપમાં
સગા સંબંધીમાં કાંઈ ન વળ્યું; બંધન તૂટયાં નહી મા-બાપનાં.
મનમાં જોઈ માહી તપાસો, તો માલ ન આવે માપમાં.
દેખો દુનિયા ઉપર જાવે, આ સોનાના સંતાપમાં
ગંગા જમના ને સરસ્વતી નાડા, એની સ્થાપો સ્થાપના
સંગમ ત્રિવેણીમાં નાહી લ્યો કોઈ, આ ગંગાજી ઘાટમાં
સોહંગ શબ્દે સૂરતાને સાંધો, તો જાણો એના જવાબમાં
દાસ ધીરો કહે દેહમાં દર્શન આ ગુરુજીના પ્રતાપમાં

વાણીનો ટૂંકસાર :

ધીરા ભગતને અનુભવ થયા પછી કહે છે કે આખા જગતમાં જ્યાં જ્યાં પ્રાણ છે (જીવન છે) ત્યાં બધા શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયા કરે છે. અને તેમાં શ્વાસ લેતી વખતે **‘હં’** અક્ષર અને શ્વાસ બહાર કાઢતી વખતે **‘સા’** અક્ષરનો જાપ આઠે પ્રહર સહજ રીતે ચાલે જ છે. તે **“હંસો”** મંત્ર ઈશ્વરે આપેલ છે.

પણ જો શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ વચ્ચે જે કુંભક સ્થાન છે ત્યાં શ્વાસમાં અપાન વાયુ પૂરો દાખલ થઈ જાય અને પ્રાણવાયુ ઉચ્છવાસ વાટે બહાર નિકળવાની શરુઆત ન થઈ હોય તે બને વચ્ચેના સમયગાળામાં કુંભકના સ્થાને ધ્યાન ધરવામાં આવે તો **અનાહત નાદ** (વગર કાને) **આંતરિક શ્રવણ શક્તિ** કે જેને **સૂરતા** કહે છે તે **સૂરતા વડે લખી ન શકાય** તેવો **અલખ ધ્વનાત્મક શબ્દ** અંતર ઘટમા સાંભળી શકાય છે. તે **નાદને નામ** કહેવામાં આવે છે. અને **સોહંગ** પણ કહેવામાં આવે છે. **સોહંગ શબ્દ સૂરતાથી સંભળાવા લાગે** તે ઘટનાને **સૂરતાથી સોહંગ શબ્દને સાંકળ્યો** કહેવાય. તે **લખી નથી શકાતો પણ સાંભળી શકાય** છે.

તેથી **અલખ-નાદ,** બ્રહ્મ બોલે છે કે ઈશ્વર પોતે બોલે છે. અને **સૂરતા** સાંભળે છે. તો એ સૂરતા વડે શબ્દ સાંભળવા માટે કેવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ તે વિષે આગળ કહે છે કે જગત દૃષ્ટિએ જીવતા જીવો એવું માનતા હોય છે કે અમે જગતમાં બધું કરી લીધું. જેમ કે માતા-પિતા, પત્નિ-પુત્ર-સંપતિ-માલ-મિલ્કત-પદ-પ્રતિષ્ઠા વગેરે વગેરે.

અને જાણે કે અમે જગતમાં જીત મેળવી લીધી **પણ એ તો બધાં દેહના અને દેહ સંબંધીઓના ભૌતિક સુખ મર્યાદિત સમય માટે છે.** પણ ઉંદર જેમ વસ્તુને ધીમે ધીમે કોતરીને કાપી નાખે છે તેમ આયુષ્ય પૂરું થવા આવ્યું ત્યારે સગા-સંબંધીઓ કે ડોક્ટર ધન-દોલતમાંથી કોઈ તેને બચાવી ન શક્યાં અને જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી છૂટી ન શક્યાં અને આ દેહ છોડીને બીજા મા-બાપને ઘરે જન્મ લેવો પડયો. આમ જન્મો-જન્મના મા-બાપના બંધંનમાંથી છૂટયાં નહી.

પણ જે કોઈ જગત દૃષ્ટિને બદલે પરમ દૃષ્ટિએ (આધ્યાત્મિક રીતે) જીવવા માટે સાધના કરીને મનનું રુપાંતર કરતાં કરતાં છેક પાંચમી-છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોચ્યા તો અખૂટ ખજાનો મળી ગયો. કે જેથી કાયમના શાશ્વત સુખ-શાંતિ તથા આનંદની સ્થિતિને પામીને અજર-અમર થઈ ગયાં. આવો માપમાં ન આવે એવો અમાપ-અખૂટ ખજાનો મનમાં અંદર ભરેલો છે. તેના તરફ ધ્યાન ન દેતા જગતના બહારના વિષયો-પદાર્થોના બંધનોમાં પડીને **સંતાપ** ક'તા **દુખ** વહોરી લે છે અને હેરાન-પરેશાન થાય છે.

તો મનમાં અંદર ઊતરવા માટેની સાધના કેમ કરવી તે સમજાવતાં કહે છે કે ગંગા, જમના અને સરસ્વતીની સ્થાપના કરવી. એટલે (ઈડા-પીંગળા અને સુખમણા). સાધનાની પ્રથમ ભૂમિકાએ છ શબ્દોનો જાપ મન-પવનની માળા વડે અભ્યાસ કરતાં બને પ્રાણ સમાન-સમતોલ થઈને સુખમણા નાડીમાં ચાલવા લાગે તે સ્થિતિને ગંગા-જમના અને સરસ્વતીની સ્થાપના થઈ ગઈ કહેવાય. અને આગળ વધતાં ત્રીજી ભૂમિકાએ જ્યારે આજ્ઞા ચક્ર પાસે સંગમ થાશે, ત્યારે સૂરતા શબ્દને લઈને નૂરતાના માર્ગે ચાલીને આજ્ઞા ચક્ર પાસે પહોચે છે.

(મન કે'તા સૂરતા. પવન કે'તાં પ્રાણ. અને બ્રહ્મ કે'તા શબ્દ-નાદ) અને કુંડલીની શક્તિ પ્રાણરુપે વાયુમાં રુપાંતર થઈને સુખમણાંના માર્ગે થઈને આજ્ઞા ચક્ર પાસે પહોચે છે. ત્યારે ત્યાં મન-બ્રહ્મ અને પવન, **ત્રણેયનું મિલન** થાય છે. એટલે કે **ત્રિવેણી સંગમ** થાય છે. ત્યારે તેના પરિણામ રુપે **સદબુધ્ધિનું કેન્દ્ર** ખુલી જાય છે. ત્યાંથી **જ્ઞાનરુપી ગંગાની ધારા**ઓ વહેવા લાગે છે તેથી કરીને પાંચેય જ્ઞાનેન્દ્રિયો તથા મન-બુધ્ધિ-ચિત-અહંકાર વગેરે જ્ઞાનગંગામાં (આત્મજ્ઞાનમાં) નાહીને પવિત્ર-શુધ્ધ બને છે. તો તે ગંગાને ઘાટે નાહયા કહેવાય.

તેથી બધી અજ્ઞાનતાનો નાશ થાય અને બધા પાપ ધોવાય જાય છે. એમ સત-શાસ્ત્રોનું પણ કહેવાનું છે. આવી રીતે સાધક જ્યારે **નાદ બ્રહ્મ** કે **સોહંગ** શબ્દ સાથે સૂરતાને (સૂરતા શબ્દના યોગથી) સાધે એટલે કે સૂરતા-શબ્દમાં સમાયને એક રુપે બ્રહમાકાર બને ત્યારે એના પરિણામ રુપે આ દેહમાં જ આત્મદર્શન થાય છે, અને આખરે આત્મ સ્વરુપે બનીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

૧૯.૯.૧ સંત સૂરદાસની વાણી

ઊગિયા સૂરજ ભાણ નવ ખંડમાં હુઆ જાણ
પૂરણ રામ મૂળ રામ ધ્યાન ધાવે ...ટેક
અગમને ઉકેલવા માનવી મથે ઘણું,
અલખને આરાધવા કષ્ટ પામે ...ઊગિયા
પૂરણ પંથ પામવા પ્રવાસી ભમે ઘણું,
અજબ રુચી રાખીને ગગન ગામે ...ઊગિયા
લખ્યાથી લખાય નહી અલખ બ્રહ્મ એવડો,
નેતિ-નેતિ કહી વદ વચન વામે ...ઊગિયા
નજરથી ન્યારો હરી, બહાર છે બુધ્ધિ થકી,
શામળો રહે છે શૂન્ય ધામે ...ઊગિયા
નિરગુણ રુપ નાથનું, સગુણ ભક્તોની સામે,
અનેકને ઓધાર્યા એ સગુણ શ્યામે ...ઊગિયા
સૂરના સ્વામિને વાર નહીં પ્રગટ થતાં;
જો પ્રેમના પૂર જબ્બર જામે ...ઊગિયા

વાણીનો ટૂંકસાર :

સંત સૂરદાસ કહે છે કે જેમ સૂર્ય ઉગે છે ત્યારે વિશ્વમાં બધે અજવાળાં થઈ જાય છે અને અંધારાનો નાશ થઈ જાય છે તેમ જ્યારે સૂર્યને પણ પ્રકાશ આપનાર સૂર્યનો પણ સૂર્ય કે'તા ભાણ અથવા પરમ આત્મા જ્યારે ઘટમાં પ્રગટ થાય છે ત્યારે પૂર્ણ પુરુષ પરમાત્મા મૂળ રામરુપે ધ્યાનમાં અનુભવાય છે. અને નવે ખંડ કે'તા અંતઃકરણના ચાર વિભાગ મન, બુધ્ધિ, ચિત

અહંકાર તથા પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો. આમ નવે ખંડમાં બધે જ્ઞાન પ્રકાશ થઈ જાય છે. અને હજારો વર્ષના અજ્ઞાનરુપી અંધકારનો નાશ થાય છે.

આ અગમને ઉકેલવા માનવી મથે ઘણું એટલે કે આ અગમ કે'તા જ્ઞાનરુપી દિવ્ય પ્રકાશને પામવા માટે મનુષ્યો ખૂબ જ મથામણ કે'તા પ્રયત્નો કરે છે. અને જે વાણીમાં આવી શકતો નથી એટલે કે વાણીથી વર્ણન થઈ સકતું નથી કે લખી પણ શકતો નથી એવા અલખ પુરુષની આરાધના માટે ખૂબ વ્રત-જપ-ત્યાગ-દાન-અનુષ્ઠાન વગેરે વગેરે ખૂબ જ કષ્ટદાયક પ્રયત્નો પણ કરે છે.

આ પૂર્ણ પુરુષને પામવા માટેનો જે સુખમણાનો પૂર્ણ માર્ગ છે તે માર્ગે ચાલીને પોતાનું કલ્યાણ કરવા માટે પ્રવાસી કે'તા જીવ જન્મો જન્મથી ભમતો રહે છે પણ સદગુરુના જ્ઞાન સિવાય એ માર્ગથી અજાણ રહે છે. અને અનેક જાતની સાધનાઓ કરીને ચમત્કારિક શક્તિઓને પામીને – આકાશે ઉડવા લાગે - પાણી ઊપર ચાલી સકે - દૂર વાણી સાંભળી સકે - અગ્નિ પ્રગટાવી સકે – વગેરે વગેરે આવી કષ્ટદાયક સિધ્ધિઓને પણ પામી જાય છે. છતાં પણ પોતાના મૂળ સ્વરુપ એવા આત્માથી વંચિત રહે છે.

મૂળ બ્રહ્મ કે જે નાદરુપે દરેકની અંદર ગાજી વાજી રહયો છે તે નાદ, ધુનાત્મક હોય છે. તે ધુન સાંભળી સકાય પણ તેમાં ભાષાના અક્ષર કે શબ્દો હોતા નથી. તેથી તેને અલખ કે લખી ન સકાય તેવો કહે છે. તે પ્રણવનાદ કે રણુકારને ઓમકાર કે જે ઈશ્વરવાચક છે. જેની વેદો, ઉપનિષદો વગેરે સતશાસ્ત્રો પણ સમંતિ આપે છે કે તે લખી સકાય તેમ નથી.

જે નાદ બ્રહ્મ છે તે આંખથી જોઈ સકાતો નથી. કાનથી સાંભળી સકાતો નથી. મન-બુધ્ધિથી પણ પામી સકાતો નથી. એવો અતેન્દ્રિય, ઈન્દ્રિયાતિત, અગોચર છે. પણ શામળો કે'તા બ્રહ્મ, શૂન્ય કહેતા અવકાશ કે આસમાની મૌન પણ કહેવાય છે. એ જ શૂનકાર છે. તે આકાશ તત્વનો નાદ તુરાં કે તમરાં જેવો, આત્માની વૃતિ કે'તા ચૈતન્ય, શક્તિ કે'તા સૂરતા વડે સાંભળી સકાય છે.

નોંધ : દરેક તત્વના પોતાના ખાસ અવાજ હોય છે – જેમ કે –

વાયુના સુસવાટા સંભળાય છે.
અગ્નિ તડતડ રુપે સંભળાય છે.
પાણી ખળ ખળ રુપે સંભળાય છે.
જમીનમાં ધડાકા રુપે સંભળાય છે.

ઉપરોક્ત ચારેય તત્વોના અવાજ બહીર્મુખી કાનથી અમુક અંતર સુધીની મર્યાદામાં સાંભળી સકાય છે. પણ આસમાની અવાજ એટલો સૂક્ષ્મ છે કે સાંભળવા માટે કાનની ક્ષમતા નથી. એટલે કે કર્ણેન્દ્રિયથી સાંભળી સકાતો નથી. પણ ચેતના શક્તિના એક દોરથી જ્યારે સૂરતા સાધ્ય બને છે, ત્યારે સૂરતા વડે આકાશી અવાજ (અનાહત નાદ – પ્રણવનાદ) સાંભળી સકાય છે.

આમ નજરથી જોઈ સકાતો નથી. અને બુધ્ધિમાં પણ આવી શકે તેમ નથી. કારણ કે બુધ્ધિને પણ તે પ્રકાશે છે. એ શામળો કહેતા બ્રહમ શૂન્ય અવસ્થામાં નાદ રુપે રહે છે. તે નિર્ગુણ – નિરાકાર છે. પણ કોઈ પહોંચેલા પૂરા સંતો-ભક્તો હોય તો તેના કંઠેથી કે મુખેથી પરાવાણી રુપે પ્રગટ થઈને બોલતો હોય છે. એટલે કે તે કક્ષાએ ધ્વનાત્મક શબ્દમાંથી વર્ણાત્મક (ભાષામાં) શબ્દો રુપે બોલે છે.

ત્યારે તે કક્ષાએથી જે બોલે છે **'ઈ બીજો કોઈ નથી પણ છે પરમેશ્વર પોતે.'** ત્યારે બધા શબ્દો શિવ સ્વરુપે હોય છે. ત્યારે જે **વાણી** હોય તેને **વેદવાણી** પણ કહે છે. તે વાણી ચેતનનું અપ્રગટ રુપ જ હોય છે. જેમ સાકરમાં રસ અપ્રગટ છે પણ છે તો રસનું ઘન સ્વરુપ તેમ પરાવાણીના શબ્દો એ ચેતનનું ઘન સ્વરુપ છે કે જે કાન વડે સાંભળી સકાય છે. અને જો તે શબ્દો અંતરઘટમાં ઉતરે તો તાત્કાલીક હૃદયમાં ફાયદો કરે છે. અને સાંભળતી વખતે આનંદ અનુભવાય છે.

અને એ શ્રવણમાત્રથી જ અનેક ભક્તોનું કલ્યાણ થયું છે તેમ સત શાસ્ત્રોમાં તેનો ઉલ્લેખ છે. જો યોગ્ય સાધના કરતાં કરતાં સૂરતા સધાય જાય અને **સૂરતા જગાડે નામને, નામ જગાડે પ્રેમને, પ્રેમ જગાડે પુરુષ – આત્મા, પુરુષ જગાડે બ્રહમ,** બ્રહમરુપે થઈને પૂર્ણ બ્રહમને પામી જવાય.

૧૯.૧૦.૧ નરસી મહેતાની વાણી

નિરખને ગગનમાં કોણ ઘુમી રહયો,
'તેજ તું, તેજ તું,' શબ્દ બોલે,
શ્યામના ચરણમાં ઈચ્છું છું મરણ રે;
અહિંયા કોઈ નથી કૃષ્ણ તોલે ...નિરખ
જડ અને ચેતન એક રસ કરી જાણાવો,

પકડી પ્રેમે સજીવન મુડી ...નિરખ
ઝળહળે જ્યોત ઉદ્યોત રવિ કોટમાં,
હેમની કોર જ્યાં નીસરે તોલે,
સચ્ચિદાનંદ આનંદ કિડા કર,
સોનાના પારણા માંહી ઝુલે ...નિરખ
બતી વિણ તેલ વિણ સૂત્ર વિણ જો વળી,
અચળ ઝળકે સદા અનળ દીવો,
નેત્ર વિણ નિરખવો, રુપ વિણ પરખવો,
વણ જિહ્વાએ રસ સરસ પીવો ...નિરખ
અકળ અવિનાશી એ નવ જ જાએ કળ્યો;
અઘટ ઉઘટની માંહે મહાલે,
નરસૈયાનો સ્વામી, સકળ વ્યાપી રહ્યો,
પ્રેમના તંતમાં સંત ઝાલે ...નિરખ

વાણીનો ટુંકસાર :

જ્યારે નરસી મહેતા સૂરતા શબ્દની સાધના કરતાં કરતાં પાંચમી ભૂમિકાએ પહોંચે છે તે દરમ્યાન થયેલા અનુભવોનું વર્ણન કરતાં કહે છે કે ત્રિકુટીએ, શીરા આકાશમાં (મસ્તકમાં) પ્રણવનાદ, કૃષ્ણની મધુરી મોરલી જેવો કે વીણાના વાજીંત્ર જેવો રણકાર કોણ કરી રહયું છે? કૃષ્ણ સિવાય બીજો કોઈ આવી મોરલી વગાડી ન શકે.

માટે તે વગાડનારો કૃષ્ણ (નાદબ્રહ્મ – પ્રણવ શબ્દ) કે જે આકાશમાં ધુમી રહયો છે અને મોરલી વગાડે છે તેને નિરખીને જોવાની ઈચ્છા કરી અને તેના ચરણમાં સમાય જવાની અંતિમ ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. કારણ કે જગતમાં કૃષ્ણની તોલે કોઈ આવી સકે તેમ નથી. **યોગની ભાષામાં કહીએ તો** સૂરતા શબ્દમાં સમાવવી કે લીન કરવી. [જેમ નદી દરિયામાં સમાય જાય તેમ સૂરતા કૃષ્ણના ચરણમાં કે'તા પ્રણવનાદમાં (વચનમાં) સમાઈને જીવમાંથી શિવ થવું.]

અભ્યાસ દરમ્યાન ત્રીજી ભૂમિકાએ બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બને છે અને પાંચમી ભૂમિકાએ બુધ્ધિ ઋતમ્ભરામાં રુપાંતરિત થઈ જાય છે. તે દિવ્ય જ્ઞાન દૃષ્ટિથી નિરિક્ષણ કરતાં, જડ અને ચેતનમાં જે ભેદ દૃષ્ટિ હતી, તે તત્વ દૃષ્ટિથી જોતાં અભેદ રુપે, એક જ તત્વના જણાયાં. અને તે ચેતન તત્વ જ સાચી મૂડી છે. અખૂટ ભંડાર છે. ખજાનો ક્યારેય પણ ખૂટે એવો નથી. એમ અનુભવ કરીને નિશ્ચય કરી લીધો. સૂર્યોદય વખતે જ્યારે માત્ર સૂર્યની એક કોર (ધાર) જ્યોત રુપે ઝળહળે છે ત્યારે તે સોનેરી કલરમાં હોય છે તેમ જણાય છે.

તેવી જ રીતે બ્રહ્મરંધ્રથી (દસમાં ધ્વારેથી) જ્યારે સહસ્ત્ર દળમાં ઈશ્વરના દર્શન થયાં ત્યારે સોનાના પારણામાં સચ્ચિદાનંદ (ભગવાન) ઝુલતા હોય તેવો અનુભવ થયો. એ દિવ્ય પ્રકાશમાં ઈશ્વર દર્શન – સદાશિવના દર્શન થયાં એમ પણ કહેવાય. ત્યાં નહોતો કોઈ દીવો કે કોડીયું, કે નો'તી વાટ કે તેલ. તેમ છતાં નીચે કોઈ આધાર વગર અચળ જ્યોતના દર્શન થયાં. એ આત્મજ્યોત કે આત્મ સ્વરુપ એવું છે કે તે વગર આંખે નીરખી સકાય છે. તેવું દિવ્ય પ્રકાશ રુપ છે. તે નૂરતાથી નીરખી સકાય છે. તે રુપ વગરનો નિરાકાર હોવા છતાં સૂરતાથી પારખી સકાય છે. તે વગર જીભે તેનો અમીરસ માણી સકાય છે. અકળ અને અવિનાશી એ ઈન્દ્રિયાતિત છે અને મન–બુધ્ધિથી પણ કળી સકાય તેવો નથી. અગમ અગોચર છે. તે અધર ઉધર કે'તા શ્વાસ–ઉચ્છવાસમાં; ઓહંગ–સોહંગ શબ્દ રપે મહાલી રહયો છે. એટલે કે **'ઓહંગ સોહંગ હાલે છે બે શ્વાસા.'** (ઓહંગ એ પ્રણવનાદ છે અને સોહંગ એ અનાહતનાદ છે.)

તે **નરસૈયાનો સ્વામી** કે'તા **પરમાત્મા** સકળ જગતમાં વ્યાપી રહયો છે. તેને સંતોએ પ્રેમના તંતમાં, એટલે, સૂરતાના દોરથી તે પ્રભુની સાથે ભળી ગયા, કે'તા સૂરતા – શબ્દનો યોગ સાધી, સૂરતા શબ્દમાં સમાયને, શબ્દ કે'તા શિવરુપે બની ગઈ. આમ સંતોએ પોતાનું કલ્યાણ કર્યું અને જે કોઈ મુમુક્ષ હતા તેને પણ યોગ્ય માર્ગ દર્શન આપ્યું.

૧૯.૧૧.૧ અખા ભગતની વાણી

(આત્મસ્વરુપ)

સ્થૂળ સુક્ષ્મને કારણ મહાકારણમાં નહી વાસ
અવસ્થા ત્રણથા તિત, સાક્ષી રુપે પોતે
શુધ્ધ સ્વરુપે થઈ રહયો પોતે ...ટેક
રવિ શશીને ગમ નહી, નહી કાળ કર્મ પ્રમાણ,
સોહંગ શબ્દ પોતે સેવે, સેવે સંતો સર્વે સૂજાણ (૧)
શુધ્ધ સ્વરુપમાં મહાલતા, થાય સ્વરુપ સાક્ષાત્કાર
વિધિ નિષેધનો સંયમ ટળે, ત્યારે મન વિલસે બ્રહ્માકાર (૨)
બ્રહ્માકાર વિચારતા સર્વે ધ્વૈત ભાવના જાય

સોહંગ બ્રહ્માનંદ અનુભવીએ તો, વસ્તુ જયારથ થાય (૩)
તત પદ, ત્વમ પદ, અસી પદ; અસી પદ આવે તો મલીન વાસના જાય!
જીવને શિવ વિચારતા, પોતે પોતામાં સમાય (૪)
પોતામાંથી પોતે થાય, એ તો અધ્વૈત આત્મારામ;
કલ્પના કોઈ પહોચે નહી, ત્યાં પોતાનું નિજ ધામ (૫)
વાણી ન પહોચે વેખરી, વેદ ન પહોચે ચાર,
ગુરુગમ હોય તો પામીએ, અનુભવ હોય જો લગાર (૬)
અનુભવે તે પદ પામતા, તે પદ છે તુરિયાતિત
પોતે બોલે ને પોતે સાંભળે, એ દઢ અનુભવની રીત (૭)
આકાશથી આઘેરું પાતળે છે ભરપૂર
પીંડ બ્રહ્માંડથી વ્યાપક સદાય, નહી નિકટ કે નહી દૂર (૮)
આ જુક્તિ મુક્તિ જાણીને કોઈ ધરે હૃદયમાં ધ્યાન
કહે અખા આ અવિગત વાત, એને જીવતા મુક્તિની હોય જાણ (૯)
આમા અખંડ સાહેબ કો નામ હૈ, આર સબ ખંડ હૈ
ખંડ હ મેરુ સુમેરુ, બ્રહ્માંડી, સબ ખંડ હૈ.
ધરતા નથી સૂરતા-શબ્દનું ધ્યાન, ત્યાં સુધી સબ બંધ હૈ
સદગુરુ ઈશ્વરના નામમાં હંસો નિરબંધ હૈ
સોહી સાહેબ કે સંગમે સદા આનંદ હૈ
દયા ધર્મ ઘટમાં રાખો તો એ ભક્તિ કા અંગ હૈ
સોહી શબ્દ સાંભળો તો એ સત-બ્રહ્મ હૈ
એ સાર શબ્દ સિવાય, આ જગત રંગ પતંગ હૈ.

વાણીનો ટૂંકસાર :

અહીં દાસાનુ દાસ કહે છે કે હવે તો સાધકને પણ થોડી સમજ પેદા થઈ હશે તો આપણે અખા ભગતની વાણીને ઉકેલીએ. આપણને કોયડો ઉકેલવા માટે આપ્યો છે. કોશિશ કરી જોઈએ....

૧૯.૧૨.૧ સવા ભગતની વાણી

એકતારો (આત્મા)

એક તારો અરસ પરસ છે રે
જોઈ લ્યો વાણી પાર રહયો વાગે ...ટેક
તન તુંબડું મલ્યું માલમી
કોઈ જોગ જુગતથી જાગે
સોહંગ શબ્દ ઝણકાર થઈ રહયો
હદ-બે હદની આગે ...એક તારો
નૂરત સૂરતના ગમા ગોઠવ્યાં, ત્રણ ગુણના ત્રાગે,
સોહંગકારનું અડગ દાંડવું, જાપ અજપે જાગે ...એક તારો
તન તપાસીને તાર મીલાવે જો, તો કોઈ વિરલા જાગે,
મેળ કરશો તો મજા આવશે; પછી રોમે રોમે રંગ લાગે ...એક તારો
સુક્ષમણા નાડી સૂર મિલાવે, નાચે નાથની આગે,
અરધ-ઉરધમાં અજબ એક તારો, વિના ટકોરે વાગે ...એક તારો
અમૂલ્ય કિંમત છે એક તારાની, મફત નહી મળે જોને માગે;
તન-મન-ધન જઈ અર્પણ કરજો, સદગુરુ ચરણ આગે ...એક તારો
સઘળે-મંદિરે સઘળો વાગે, ને જોવા ના કોઈ જાગે;
દાસ સવો કહે ખોજી લ્યો એક તારો, નકર પતો નહી લાગે ...એક તારો

વાણીનો ટૂંકસાર :

સવાભગત કહે છે કે અરસ પરસ કે'તા શ્વાસ-ઉચ્છવાસમાં જે ઓહંગ-સોહંગ શબ્દ ચાલી રહયા છે તે વાણીમાં બોલી શકાય એવા વર્ણાત્મક અક્ષરો નથી પણ ધુનાત્મક નાદ, સૂરતા વડે (અનાહતનાદ) અનુભવી સકાય છે. તો તેનું આંતરીક કુંભકના સ્થાને ધ્યાન ધરીને જોઈ લ્યો – કે'તા અનુભવી લ્યો.

હદ-બેહદની આગે એટલે સ્થૂળ દેહ અને સુક્ષ્મ દેહથી પર જે આકાશી અવાજ – નાદબ્રહમ કે સોહંગ શબ્દના ઝણકાર થઈ રહયા છે. આ તુંબડા રુપી મનુષ્યનો દેહ મળ્યો છે તે જુક્તિ-મુક્તિ કે'તા સૂરતા-શબ્દના જ્ઞાન વિજ્ઞાન વડે તેને કે'તા નામ-વચનને જાગૃત કરીને સિધ્ધ કરી લ્યો.

નામને સિધ્ધ કરવા માટે બતાવેલી રીત પ્રમાણે સૂરતા-શબ્દને એક કરી નૂરતાના માર્ગે, અજપા જાપ કરતાં કરતાં આગળ વધીને આજ્ઞા ચક્રમાં દાખલ થશે. ત્યારે ત્રણ ગુણ, મન-પવન-બ્રહ્મ ભેળા થશે. ત્યારે નામ સિધ્ધ થયું એટલે કે સોહંગાકાર ડગે નહી એમ અડગ થઈ જાય છે. ત્રણ ગુણ ભેગા થતાં.

નોંધ :

આપણા શરીરની અંદર તપાસ કરતાં જાણવા મળે છે કે **જ્ઞાન શક્તિ** મનમાં રહેલી છે. **ગતિ શક્તિ** પ્રાણમાં રહેલી છે અને **સર્જન શક્તિ** નાદબ્રહ્મમાં રહેલી છે. આ ત્રણેય શક્તિઓ વડે સર્જન-પાલન-અને વિસર્જન થયા જ કરે છે. તેને ત્રિગુણાત્મક શક્તિ પણ કહેવાય છે. તેને ત્રિગુણી માયા પણ કહે છે.

તેનું સર્જન ચેતન કે'તા આત્માના સ્ફૂરણથી થાય છે. આત્મા એ જ પ્રણવ – ૐ કાર જે ઈશ્વરવાચક શબ્દ છે તે મૂળ વચન (પ્રણવ) માં ત્રણે ગુણ ઈશ્વરરુપે એટલે કે બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ – નાદ-મન-પવન(પ્રાણ) ત્રણ ગુણ રુપે રહેલા છે. આમ આત્મા ત્રણેય દેવનો અધિષ્ઠાતા છે. એટલે કે ત્રણેય દેવો આત્માને આધિન છે.

જો કોઈ સૂરતા-શબ્દની સાધના કરવામાં **સૂરવિર** કે'તા **બહાદુર** હોય તો પૂર્ણ અભ્યાસ કરીને ત્રણેય શક્તિઓને ભેગી કરીને એક તાર (એક દોર) કરે તો નામ સિધ્ધ થઈ જાય અને હૃદયમાં આનંદના ઉભરા આવે. માયાનો ક્ષોભ મટી જાય અને શરીરમાં રોમે-રોમે (રુંવાડે-રુંવાડે) તેનો આનંદ વર્તાય.

જ્યારે સૂખમણા નાડીમાં **સૂર મિલાવે** કે'તા **પ્રાણ અને અપાન** સમતોલ થઈને એક સાથે ચાલવા લાગે ત્યારે કુંડલાની શક્તિ અનાયાસે જાગૃત થઈને નાચતી-કૂદતી સૂખમણાને માર્ગે આગળ વધીને આજ્ઞા ચક્રમાં જ્યાં **જ્યોતિ સ્વરુપ** સદગુરુદેવ બિરાજમાન છે ત્યાં પહોચે છે. (પવનરુપે). આમ સૂરતા-શબ્દ અને **પવનનો** (કુંડલીની શક્તિનો) મેળ થયો કહેવાય. **અરધ-ઉરધ**માં એટલે કે **અપાન-પ્રાણ** જ્યાં મળે છે તે કુંભક સ્થાને, કોઈ પણ જાતના વાજીત્ર વગર વાગે છે. કે જેને અનાહત નાદ કહેવાય છે.

તેની કિંમત અમૂલ્ય છે. એટલે કે તેને તોલે કોઈ પણ ધન-ખજાનો આવી ન શકે તેવો આપણો આત્મા છે. આવી કિંમતી ચીજ મફતમાં કેમ મળે! જો આત્મા-પરમાત્મા વિષેનું જ્ઞાન મેળવવું હોય તો સદગુરુના શરણે જઈને તન-મન-ધન અર્પણ કરવા જોઈએ. એટલે કે સદગુરુના જ્ઞાન પ્રમાણે, નિષ્કામ ભાવે ફરજમાં આવેલા કાર્યો કરવા, **એટલે તન અર્પણ.** અને મનને ગુરુએ બતાવેલ શબ્દમાં હાલતા-ચાલતા, બેસતા-સૂતા વખતે જોડી રાખવું, **એટલે મન અર્પણ**

થયું. અને **પ્રાણ રુપી કિંમતી ધન** તેના તરફથી જ મળે છે. માટે દરેક શ્વાસા ઈશ્વરની શક્તિ વડે જ લેવાય છે. તેના ધણી ન થતાં ઈશ્વરના જ છે. એમ સમજીને અર્પણ કરવા. આમ સદગુરુ મળ્યાં પછી **આવી ભાવના રાખીને જીવન વહેવાર ચલાવીએ** તો આપણે સદગુરુને **તન, મન, ધન અર્પણ કર્યા** કહેવાય.

જ્યાં જ્યાં **પ્રાણ** છે ત્યાં બધે **બ્રહ્મા નાદ** રુપે, **વિષ્ણુ જ્ઞાન રુપે, મહેશ પ્રાણ** રુપે અને આત્મા (દેવાધિદેવ) ત્રણેય દેવોના આધાર રુપે હાજર જ હોય છે. એટલે **સંતો જીવ** માત્ર**ના શરીરને જાગૃત દેવોનું મંદિર** સમજે છે. અને બધા મંદિરોમાં બધાં દેવો સરખા જ છે. બધામાં સતા-શક્તિ રુપે એક સરખા જ છે અને બધામાં એક સરખો જ વાગે છે. છેલ્લે સવા ભગત કહે છે કે સૂરવીર થઈને સાધના કરીને તેને સાધી લ્યો નકર દેહ છૂટશે ત્યારે પતો નહી લાગે ને ચોર્યાશીના ચક્રમાં ફસાઈ જવાશે.

૧૯.૧૩.૧ નરસૈયાની (નરસી મહેતાની) વાણી

(ગુરુ મહિમા)

ગુરુ પદ વંદી ઓચરું હું છું બાળક અબુજ અજાણ
મારા અપરાધ સામું મ જોશો દયાનિધિ
બોલ્યું અબોલ્યુ કરીને પ્રમાણ
ગુરુના નાવે હું ચડી તો સહજમાં આવ્યાં સાગર પાર.
આ હોડીને હેલા કંઈ ન નડયાં સાવધ સદગુરુ હાંકણ હાર
વેપાર કીધો હરિ નામનો અને ગુરુ રુપી કીધા દલાલ.
તો માલ ઓરાવ્યો અમને સુગમને સાંધા કરીને
અને જગમાં કર્યા છે ન્યાલ.
એ ગુરુના વખાણ હું કેમ લહું, થાક્યા સરસ્વતી ને વેદ
શિવ સનકાદિ પણ ના લહે, એવો ગુરુ ગુણોનો છે ભેદ
ગોવિંદથી ગુરુ છે અદકેરા સદગુરુ દયા નિધાન.
તન, મન, ધન અર્પી સેવા કરે, નામે નરસી કરે પ્રણામ.

વાણીનો ટૂંકસાર :

સાધના કરતી વખતે અંતઃકરણમાં સારો માહોલ કરીને શરુઆતમાં પ્રભુ પ્રાર્થના કરતા કહે છે કે સર્વોતમ પદ પર બિરાજમાન સદગુરુ હું તમને મારા સાષ્ટાંગ પ્રણામ કરું છું. હું અબુજ અને અજ્ઞાન છું. તમારે શરણે આવેલો બાળક છું. જાણતા કે અજાણતા મારા વડે થયેલા અપરાધો સામે નહી જોતાં, હે દયાના સાગર, કૃપાસિંધુ, મારા કલ્યાણ માટે પ્રાર્થના વડે, મારાથી બોલાણું હોય કે બોલતા ચુકાઈ ગયું હોય તે બધું તમે પ્રમાણિત કરીને સાર્થક કરજો. આવો સદભાવ ગુરુ શરણમાં રાખવો જોઈએ.

ગુરુના નાવે હું ચડી તો સહજમાં આવ્યાં સાગર પાર એટલે કે ગુરુએ જે **નામ (ગુરુમંત્ર)** રુપી નાવડું આપ્યું છે તે નામમાં સૂરતાને બેસાડીને હાલતા-ચાલતા-ઉઠતા-બેસતા સૂરતાને શબ્દમા પરોવી રાખવી. આવી રીતે, બતાવેલ રીત પ્રમાણે અજપા જાપ કરતાં કરતાં સહજમાં સંસાર સાગર પાર થઈ જાય છે.

એટલે આપણાં ચિતમાં **ભરેલો સંસાર,** જેમ કે **ચિતવૃતિઓ, બુધ્ધિના વિક્ષેપો** અને **મનના મળ** કે'તા **કામ-ક્રોધ-લોભ-મોહ-મત્સર** અને **કલેશો** કે'તા **અવિધા-અસ્મિતા** (હું, મારું) **રાગ-ધ્વૈષ, અભિનિવેશ વગેરે** વગેરેનો નાશ થઈ ગયો. અને અંતઃકરણ એકદમ શુધ્ધ-નિર્મળ-શાંત થઈ ગયું. ત્યારે **એ દશાએ** સાધક સંસારથી પાર થયો કહેવાય. બાદમાં સાંસારીક કોઈ પણ વૃતિઓ તેને નડશે નહી અને જીવનમુક્ત થઈને પોતાના બધા વહેવારો ચાલવશે.

આ હોડીને હેલા કાઈ ન નડયાં સાવધ સદગુરુ હાંકણ હાર એટલે કે સતનામ-પ્રણવ શબ્દ કે જે ધુનાત્મક રીતે ગાજી વાજી રહયો છે તે નાદબ્રહ્મ કે ઈશ્વર વાચક શબ્દ છે. એટલે કે જે નામ છે તે જ ઈશ્વરનું રુપ છે. અને ઈશ્વરને કાળ કે માયાના બંધનો નડતાં નથી. આમ સૂરતા-શબ્દની સાધનામાં મનના મળ, બુધ્ધિના વિક્ષેપો કે અજ્ઞાનના આવરણો કાંઇ નડતા નથી, કારણ કે જે નામનું સ્મરણ કરે છે તે **નામ પોતે જ ઈશ્વરનું રુપ** છે.

હવે સાધના કેમ કરવી તેની રીત સમજાવતા કહે છે કે –

વેપાર કીધો હરિ નામનો અને ગુરુ રુપી કીધા દલાલ તો માલ ઓરાવ્યો અમને સુગમને સોંઘો કરીને અને જગમાં કર્યા ન્યાલ. એટલે કે ગુરુએ આપેલા શબ્દોને પ્રાણ-અપાનમાં (શ્વાસોચ્છવાસમાં) બેસાડીને મન વડે સ્મરણ કરવું. અને જેમ વેપાર ધંધો કરતાં હોય તેમાં વચ્ચે દલાલ કામ કરતો હોય છે. અને દલાલ વડે જ વેપારી પેઢીનો બધો વેપાર ચાલતો હોય છે. તેમ ઈશ્વર કે પરમાત્માનાં પોલીટીકલ એજન્ટ કે'તા દલાલીનું કામ સગુણ રુપે દેહધારી સંત સદગરુ મળ્યાં હોય છે તે કરતા હોય છે. માટે સદગુરુ રુપી દલાલનું ધ્યાન ધરવું જોઈએ. **તો તેનું**

ધ્યાન કેમ ધરવું તે સમજાવતા કહે છે કે મનને સમરણમાં રાખવું અને કુંભકના સ્થાને ગુરુમૂર્તિને બેસાડીને તે ગુરુમૂર્તિનું ધ્યાન ધરવું. આ રીતે સ્મરણ-ધ્યાન કરતાં-કરતાં અનાહતનાદ સૂરતા વડ સંભળાવા લાગશે.

ત્યારે નાદબ્રહ્મની **જાગૃતિ થઈ કહેવાય** અને બાદમાં સૂરતા વડે **શબ્દનું ધ્યાન** કે'તા **અજપા જાપ** કે'તા સૂરતા-શબ્દમાં સમાય જાય ને એકરુપ થઈ જાય, ત્યારે ચિત-વૃતિ બ્રહ્માકાર થઈ જાય છે. આટલા પ્રયાસના બદલામાં બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન થઈ જશે અને **જીવ** કે'તા **અહંકાર** બ્રહ્મરુપે થઈ જશે. બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન થઈ એટલે સુગમરુપી માલ પરમાત્મા તરફથી મળ્યો. સુગમ કે'તા ગુરુગમ, દિવ્ય દૃષ્ટિ-બ્રહ્મ દૃષ્ટિ, પંચમ વેદને જાણનારી, અગમ-નિગમને સમજી સકે તેવી બુધ્ધિને સુગમ કહેવાય.

જ્યારે નામ સિધ્ધ થાય છે ત્યારે અતિ દુર્લભ એવો કુંડલીની જાગૃતિનો લાભ પણ અનાયાસે, આંતરિક પ્રાણોની પ્રક્રિયાના ભાગરુપે મળશે. કે જેની મદદ વડે બાકીની આધ્યાત્મિક યાત્રા પુરી થાય છે. પછી સાધકે કંઇ પણ કરવાનું રહેતું નથી. આમ સૂરતા-શબ્દના અજપા જાપથી જગતમાં માનવ અવતાર ધરીને ન્યાલ થઈ ગયા, એટલે કે જન્મ-મરણના બંધનમાંથી મુક્ત થઈ ગયાં.

આમ સદગુરુનો મહિમા ગાતા કહે છે કે જેના પૂરા વખાણ સરસ્વતી કે વેદ-પુરાણ, શિવ કે સનકાદિ, ઋષિ-મુનીઓ વગેરે નથી કરી સક્યા. કારણ કે જે કાર્ય પરમાત્મા ન કરી સકે તે કાર્ય ગુરુ-બોધ તથા તથા તેના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનથી શક્ય બને છે. માટે રામ-કૃષ્ણ જેવા અવતારી પુરુષોએ પણ ગુરુ શરણે જઈને અભ્યાસ કરવો પડયો હતો.

માટે ગુરુને ગોવિંદથી અદકેરા કહયા છે. દયા-કૃપા કરીને આત્મકલ્યાણનો માર્ગ બતાવે છે. આમ પરમાત્મા તરફથી મળેલ **તન-મન-ધન** કે'તા **પ્રાણ,** પરમાત્મા તુલ્ય સદગુરુને શરણે સોંપીને નિષ્કામ ભાવે, ટ્રસ્ટીરુપે બનીને સેવા કાર્ય કરે છે. અને દરેકના આત્મામાં પ્રભુના દર્શન કરીને બધાને નમ્ર ભાવે પ્રણામ કરે છે અને પ્રભુના ગુણગાન ગાય છે. જીવનમુક્ત દશામાં રહીને સેવા કાર્ય કરે છે.

૧૯.૧૪.૧ લાલભક્તની (લાલસાહેબની) વાણી

કાયા નગર કી કુંજ ગલીમેં, બંસી બજત હૈ કાન કી
પણ કોઈ ભોમિયા ભેદી મિલે, તો માર્ગ બતાવે સાન કરી ...ટેક

જો, સૂરતા ચલે જબ શબ્દ પકડે,
જુક્તિ મિલે જબ ધ્યાન કી ...કાયા નગર કી
પણ, સૂરતા ચલે નહીં શબ્દ વિના
તો વહાં તક કહે કૈસે ચલે
ચોકી ખડે સેતાન કી ...કાયા નગર કી
જો લાલ કહે લાયક બનો
અને સદગુરુ કી સેવા કરો
તો પૂરી જરુર પડતી હૈ યહાં, ગુરુ કી
દયા, કૃપા ઓર જ્ઞાન કી ...કાયા નગર કી

વાણીનો ટૂંકસાર :

લાલસાહેબનું કહેવાનું થાય છે કે આ કાયામાં કુંજગલી કે'તા સુક્ષ્મણા માર્ગમાં-રોડમા જ્યારે પ્રાણ-અપાનનો પ્રવાહ ચાલતો હોય છે, ત્યારે અનાહતનાદ કે પ્રણવનાદ રુપી કૃષ્ણની મોરલી કે વીણા વાગતી હોય છે, તે સંભળાય છે. (સૂરતાથી.) પણ જો કોઈ એનો માલમી, અનુભવી ભોમિયો મળે તો તેનું માર્ગદર્શન તથા તે જ્ઞાનનું વિજ્ઞાન સાન કરીને સમજાવે.

અને એ પ્રમાણે સાધના કરે તો જ્યારે સૂરતા-શબ્દમાં સમાય એટલે કે સૂરતા, શબ્દ એક થાય ત્યારે સૂરતા, શબ્દને લઈને નૂરતાના રોડ-માગ પર ચડાવવાનું ધ્યાન કેમ કરવું તેનું માર્ગદર્શન પણ ભોમિયો બતાવશે. પણ સૂરતા, શબ્દ વિના આગળ વધી શકે તેમ નથી. કારણ કે રસ્તામાં ચાર શેતાનો રસ્તો રોકી બેઠા છે. આગળ વધવામાં અવરોધ કરે છે. માટે યોગ્યતા કેળવીને સદગુરુના જ્ઞાન પ્રમાણે આગળ વધવા માટે પૂરા અનુભવી ગુરુની દયા-કૃપા તથા જુક્તિ-મુક્તિ રુપી માર્ગદર્શનના ખૂબ જ જરુર રહે છે.

૧૯.૧૪.૨ સાધનામાં વિઘ્ન

સૂરતા શબ્દનો યોગ સાધવામાં ચાર સેતાનો, માયાના પરિબળો રસ્તો રોકીને બેઠાં છે. તો તે ચાર સેતાનો કોણ? અને કેવી રીતે માર્ગમાંથી દૂર કરવા તેનું જ્ઞાન કે જુક્તિ અનુભવી ગુરુ બતાવે છે.

૧. રસ્તામાં પહેલે દરવાજે કાળુડી કુતરીની ચોકી, **કાળુડી કૂતરી** કે'તા **શરીરમાં ભૂખ** લાગવી. જો ભૂખ ન સંતોષાય તો સાધકને આગળ વધવા ન દીયે. જરૂરી ખોરાક મલી જવાથી ઈન્દ્રિયો શાંત થઈ જશે.

કબીર કહે કમાલ કો દો બાતા શિખ લે.

કર માલિક કી બંદગી ઔર ભૂખે કો અન્ન દે.

એટલે કે શરીરને જ્યારે ભૂખ લાગે ત્યારે યોગ્ય ખોરાક આપી દેવો. બાકી અજપા જાપ જપતો રહેવો. જેમ કૂતરી રસ્તામાં ભસતી હોય અને રસ્તો રોકે છે, ત્યારે તેને રોટલીનો ટૂકડો નાખી દેશો તો તે ખાવામાં પડી જશે અને ભસવાનું બંધ કરી દેશે ત્યારે રસ્તો ખૂલી જાય છે. **તેમ ભૂખ લાગે ત્યારે જમી લેવું.** તેથી કરીને પહેલું વિઘ્ન હટી જાય છે.

૨. બીજે દરવાજે **બે ચોકીદાર** કે'તા **રાગ-ધ્વેષ** મનમાં ભરાયને પડેલા હોય છે. તેને દૂર કરવા જોઈએ. નહી તો સાધનામાં આગળ વધવા નથી દેતા. તો તેને દૂર કરવા માટે (મનનું રુપાંતર એટલે કે અંતરમુખી કરવા માટે) ગુરુ મંત્રનો જાપ, મન પવનની માળા ધ્વારા કરવાથી **મનને નામનો નશો** ચડી જશે ત્યારે **અંતરમુખી થઇ**ને નામના **નશામા ડૂબી જશે.** ત્યારે મનમાં ભરાય પડેલા **રાગ, ધ્વૈષ વગેરે ક્લેશો શાંત** થઈ જશે.

જેમ ચોકીદાર કે સિપાહીને, દારુનો નશો કરેલ હોય તે સ્થિતિમાં, બેભાન થઈ જાય છે અને ચોકીદારી પણું ગુમાવી બેસે છે તેમ **નામના નશો ચડી જવાથી મનમાં ભરાઈ પડેલા રાગ, ધ્વૈષ પણ શાંત થઈ જશે** અને **મન એકાગ્ર અને સ્થિર** થઈને **સમરણ કરવા લાગશે.** એટલે નામનો નશો ખૂબ જ જરુરી છે. તે વિના મન સાધનામાં આગળ વધી સકતું નથી. એવો નશો કરવા માટે જરુરી જ્ઞાન રુપી ગાંજો લેવો અને તે વિષેની પૂરી સમજણ રુપી ભાંગ લેવી. જ્ઞાનરુપી **ગાંજો** અને સમજણ રુપી **ભાંગ**ને એક વાસણમાં લઈને લઢી-લઢીને ખૂબ જ ઘુંટવી (ચિંતન મનન કરવું) ને તે રસાયણ મનને આપીને પછી નામનો નશો કરવો. કે જેથી મન એકદમ શાંત-સ્થિર અને એકાગ્ર થઈને જાપમાં લાગી જશે. આમ **મનનું ભટકાણ દૂર થશે** ને બીજું વિઘ્ન પણ દૂર થશે.

૩. હવે ત્રીજે દરવાજે સિંહની ચોકીદારી છે એટલે કે **શ્વાસો-ઉચ્છવાસ ધ્વારા પ્રાણોનું આવા-ગમન સતત ચાલુ રહેલું હોય** છે તેથી ત્યાંથી આગળ વધવું ખૂબ જ મુશ્કેલીરુપ થઈ જાય છે. તો ત્યાંથી આગળ વધવા માટે **પ્રાણોને શાંત કરવા પડે.** માટે જેમ સિંહને શાંત કરવા હોય તો તેમને માંસના ટૂકડા મલી જાય તો તે ખાવામાં રોકાય જાય છે તેમ **પ્રાણને શાંત કરવા માટે દેહાધ્યાસ છોડી દેવામાં આવે તો પ્રાણ શાંત** થઈ જાય છે. **તે કેમ કરવું?** તે પણ સમજી લેવું ખૂબ જ જરુરી છે.

જ્યારે સાધક **સાધના કરવા** બેસે છે ત્યારે બધી **કર્મેન્દ્રિયો તથા જ્ઞાનેન્દ્રિયો શાંત હોય** અને **મન** પણ કોઈ પણ જાતના **વિચારથી શાંત થયેલું હોય**, ત્યારે **શરીરમાં પ્રાણની જરુરિયાત ખૂબ જ ઘટી જશે.** અને **પ્રાણ–અપાન** બને સમાન-સમતોલ તથા બને **ભેગા થઈને સુખમણા માર્ગ પર ચાલવા લાગશે.** ત્યારે **આંતરિક કુંભકના સ્થાને બને પ્રાણ સ્થિર** થવાથી તે સ્થાન પર ધ્યાન દેવાથી **સૂરતા સધાય જશે અને દેહાધ્યાસ છૂટી જશે**, ત્યારે **અનાહતનાદ સંભળાવાનો** ચાલુ થશે. આમ ત્રીજા દરવાજાની ચોકીમાંથી પસાર થઈને આગળ જાય છે, ત્યારે ચોથી ચોકી આવે છે.

૪. ચાથે દરવાજે **કાળીનાગની ચોકી** છે. એટલે કે જ્યાં **પરમ શક્તિ કે પરાશક્તિનું કેન્દ** છે, ત્યાં જેમ **કાળીનાગ સુષુપ્ત અવસ્થામાં ગુંચળુ વળીને** શાંત હોય છે. તેમ **કુંડલીની શક્તિ તેના કેન્દ્રમાં સાડા ત્રણ આંટા વળીને** પોતાનું **મુખ અંદર રાખીને શાંત હોય** છે. પરંતુ જેમ **નાગને** કરંડિયામાંથી જગાડવા માટે **મોરલીની સુરાવલી સંભળાવે** છે અને તેના તાલમાં **નાગ જાગીને મોરલીની સામે નાચવા લાગ** છે.

તે જ રીતે જ્યારે કુંભકનો સમયગાળો વધે છે, ત્યારે તે સ્થાને બન્ને પ્રાણના સ્પંદનો સૂરતા વડે સાંભળે છે. (તે નાદને અનાહત નાદ કહે છે.) તે દરમ્યાન પ્રાણ સહજતાથી અનાયાસે થોડા ઊંડા ઉતરશે અને કુંડલીનીના કેન્દ્ર પર ઠોકર લાગશે તેથી કુંડલીની શક્તિ જાગૃત થશે અને વાયુ રુપે થઈને પ્રાણની સાથે મળીને સુક્ષ્મણા નાડી મારફતે ઊર્ધ્વગમન કરે છે. ત્યારે સૂરતાને જે નાદ સંભળાય છે તેને વચન કે મૂળ શબ્દ કે પ્રણવનાદ કહે છે. આમ સૂરતા ચોથા શેતાનરુપી પ્રાણોને શાંત કરીને મૂળ શબ્દને ત્રીજી ભૂમિકાએ આજ્ઞાચક્રમાં વચનરુપી પાલખીમાં બેસીને નામની સાથે એકદોર થઈને ચોથી ભૂમિકા તરફ બંકનાળ મારફતે આગળ વધશે.

આ રીતે ચાર ચોકીઓ...

૧. ઈન્દ્રિયોના વિષયો

૨. મનના રાગ-દ્વેષ વગેરે

૩. દેહાધ્યાસ છોડવા માટે પ્રાણોને શાંત કરવા

૪. **સુષુપ્ત પડેલી શક્તિ જગાડવી.**

આમ ચાર ચોકીઓમાંથી જુક્તિથી પસાર થઈને મૂળ શબ્દ જાગૃત કરીને સૂરતા શબ્દની સાથે જોડીને તે યોગ સાધી સકાય છે.

૧૯.૧૫.૧ સંત ગરીબદાસની વાણી

(તત્વ દર્શન)

આત્મ સ્વરુપને અનુભવી જાણે
જેણે સદગુરુ શબ્દનું લક્ષ લીધું
“તત્વમસી” પદ અર્થ વિચારી
બ્રહ્મ રસાયણ પાન પીધું
બ્રહ્મ આનંદ ત્યાં સર્વ આનંદ
ઓર આનંદ ત્યાં દૃષ્ટ ન આવે
અમૃત રસનો આહાર જેણે કર્યો
તુચ્છ તાંદુલ તે કેમ ખાવે?
બ્રહ્મના દેશમાં ભાવ બીજો નહી
શ્રુતિ અને સ્મૃતિ સાખ પૂરે
ક્રોધને મારી કામ પ્રજાવી
તત્વ લીધું કોઈ સંત સૂરે
અસ્થિ ભાતિ પ્રિય નામ રુપથી
પંચભૂત ભાસી કાયા
આદી વિશેષણ ત્રણ છે આત્મા
નામ રુપને જાણો માયા
અવસ્થા ત્રણથી તિત છે આત્મા
અછેદ – અભેદ તે કોક જાણે
બ્રહ્મદર્શી કોઈ સંત સૂરમાં
બ્રહ્મના દેશમાં મોજ માણે
કર્મના જીવ આ મર્મ સમજે નહી
શુધ્ધ સમજણ વિના શાન્તિ ના આવે
દાસ ગરીબ કહે સદગુરુ સેવો
તો અણછતાં દુખનો અંત આવે.

નોંધ : સદગુરુના રુપ

૧. દેહધારી જે ગુરુ મળ્યાં હોય તે બ્રહ્મનિષ્ઠ હોય તો તે સદગુરુ સગુણ રુપ છે.

૨. અંતરઘટમાં વચનનો અનુભવ થાય તેને સદગુરુનું જ્યોતિરુપ કે સાકારરુપ કહેવાય.

૩. અંદર – બહાર બધે જ એક જ સ્વરુપ જણાય તે સ્વરુપને સદગુરુનું નિરાકાર રુપ કહેવાય.

૧૯.૧૬.૧ કબીરસાહેની વાણી
(સહજ સમાધિ)

સંતો સહજ સમાધિ ભલી હૈ
જબસે દયા ભઈ સદગુરુ કી સૂરતિ અનંત ચલી હૈ ...ટેક
જહાં જહાં જાઉ સોઈ પરીક્રમા, જો કછુ કરું સોઈ પૂજા.
ગૃહ–ઉધાન સમ કરી લેખું, ભાવ મિટાઉ દુજા. ૧
આંખ ન મુંદુ, કાન ન રુંધુ, કાયા કષ્ટ ન ધારું.
ઉઘર નયને સાહેબ કો દેખું, હસિ હસિ વદન નિહારું. ૨
શબ્દ નિરંતર મનુવા રાચે, મલિન વાસના ત્યાગી.
જાગત સોવત ઉઠત બેસત ઐસી તારી લાગી. ૩
કહું કબીરા યહ ઉનમુનિ રહની, જો પ્રગટે કર ગાઈ.
સુખ દુખ સે વહ પરે, પરમપદ સોઈ સકલ સુખદાઈ. ૪

વાણીનો ટૂંકસાર :

સહજ સમાધિ એટલે સૂરતા પોતાના મેળે એકધારી – સતત નાદબ્રહ્મ (સત શબ્દ) સાથે જોડાયેલી રહે ન બ્રહ્માકાર રુપે બની જાય તે દશાને સહજ સમાધિ કહે છે. તેને તુરિયાની (ચોથી અવસ્થાની) ઉચ્ચ ભૂમિકા કહે છે. તેને **મનની ઉનમુની અવસ્થા** પણ કહેવામાં આવે છે. તે સ્થિતિએ જ્યારે સાધક પહોચે છે ત્યારે તેની સૂરતા કાળ–માયાથી પર શૂન્ય અવસ્થામાંથી મહાશૂન્ય અથવા તો અનંત તરફ ખેંચાય જાય છે.

ત્યારે તે સચખંડમાં પહોચી જાય છે. તેને શૂન શિખર પણ કહે છે. ત્યાં પહોચવાથી બુધ્ધિમાં પરમાત્માનો પ્રકાશ થાય છે. તેની બુધ્ધિ ઋતંભરા સ્થિતિને પામે છે. તે દૃષ્ટિથી વિશ્વ આખું પરિબ્રહ્મ પરમાત્માનું વિરાટ સ્વરુપ રુપે જણાય છે. એ ઉચ્ચ ભૂમિકાએ સ્થિત કેળવીને જ્યાં જ્યાં જાય ત્યાં ત્યાં તે પરમાત્માની પરિક્રમા જ છે. જે કોઈ કાર્ય કરે તો તે ઈશ્વર પુજા છે. ઘર–ધંધા, વેપાર બધું એક સરખું જ લાગે, કોઈ ભેદ ન રહે. ભેદ દૃષ્ટિ જ ટળી જાય છે. અધ્વૈત સ્થિતિ હોય છે. પોતાનાથી જુદુ બીજું કાંઇ જણાતું જ નથી. બધામાં પોતાનું જ સ્વરુપ

જોવે છે, આવી સહજ સમાધિ માટે આંખ કે પ્રાણ બંધ કરવા પડતા નથી. અને ગુફા કે અન્ય એકાંતે બેસી ઉપવાસ કે વ્રત-તપ કરીને કાયાને કષ્ટ પણ આપવું પડતું નથી. ખૂલી આંખે બધામાં સાહેબ કે'તા પરમાત્માના દર્શન થાય છે.

જે જે ચહેરાઓ જોવામાં આવે, તેમાં ઈશ્વર હસતાં હસતાં જોવામાં આવે. સૂરતા શબ્દમાં જોડાઈને એક રુપ થઈ ગઈ હોય છે. મલિન વાસના બધી છુટી જાય છે. સાહજીક રીતે, હાલતા-ચાલતા, જાગતા-સુતા શબ્દનો રણુકાર સતત આપો આપ વગર વાજીંત્રે વાગે અને વગર કાને સંભળાય તેને **તારી લાગી કહેવાય.** કબીર સાહેબ કહે છે કે તે **ઉનમુનિ સ્થિતિ પ્રગટ** કરીને એટલે કે **અનુભવ** કરીને કહું છું કે ત્યાં સુખ-દુખ વગેરે ધ્વન્ધ્વ જેવું કાંઇ છે જ નહી. માત્ર પરમપદ કેવળ પરમાત્મા જ છે. કે જે આખા જગત માટે શાશ્વત સુખ આપનાર છે.

નોંધ : મનની પાંચ સ્થિતિ હોય છે.

૧. જ્યારે મન, ઈન્દ્રિય સાથે રાચે છે ત્યારે ખેચ્ચરી સ્થિતિ (જાગૃત.)

૨. જ્યારે મન, કલ્પના કે વિચારો કે સ્વપ્નમાં રાચ ત્યારે ભૂચરી સ્થિતિ (ખાલી મનોદશા.)

૩. જ્યારે મન, હૃદયના પ્રાણની સાથે ભળે છે ત્યારે ચાંચરી સ્થિતિ (સુષુપ્ત.)

૪. જ્યારે મન, જાગૃત-સ્વપ્ન કે સુષુપ્તથી પર ચોથી સ્થિતિમાં આવે છે તેને તુરિયા કે ઈન્દ્રિયાતિત કે અગોચરી સ્થિતિ કહેવાય છે.

૫. જ્યારે મન, તુરિયાથી પણ આગળ તુરિયાતિત સ્થિતિએ પહોચે છે ત્યારે સૂરતા-શબ્દમાં સમાય જાય છે. આમ મનનો બ્રહ્મમાં લય થાય છે. તે દશાને ઉન્મુનિ કે અમની અવસ્થા કહે છે.

૧૯.૧૭.૧ સાધકના જીવનના-સાધનાના ચાર પાઠ

૧. સૂરતા શબ્દની સાધના કરતાં કરતાં સાધક બીજી ભૂમિકાએ જ્યારે નામ સિધ્ધ કરે છે ત્યારે તેનો આત્મા નામ રુપે એટલે કે રામ રુપે બને છે. મન હનુમાન રુપે બને છે. મન સ્મરણ ભજન કરતાં કરતાં પ્રાણ સાથે ભળીને પવન કુમાર બને છે એટલે કે હનુમાન રુપે થાય છે. આમ રામ અને હનુમાનની જોડી બનીને રામચરિત્રનો પાઠ ભજવે છે.

૨. જ્યારે સાધક સાધના કરતાં કરતાં ત્રીજી ભૂમિકાએ પહોચશે ત્યારે નામ અને વચન એક થશે ત્યારે આત્મા કૃષ્ણનું રુપ ધારણ કરશે અને સૂરતા કે'તા મન

રાધાનું રુપ ધારણ કરશે ને આમ (સૂરતા-શબ્દની) રાધા-કૃષ્ણની જોડી બનીને અખંડ રાસ લીલા કે કૃષ્ણ કળાનો પાઠ ભજવે છે.

૩. જ્યારે સાધક ચોથી ભૂમિકાએ સાધના કરતાં કરતાં કુટસ્થ બ્રહ્મના સ્વરુપે થાય છે. ત્યારે માત્ર સત્વ જ રહે છે. તેને વિષ્ણુનું રુપ કહેવાય છે ત્યારે આત્મા વિષ્ણુ રુપ બને છે. અને મન માન સરોવરમાં નાહીને પવિત્ર બનીને **હંસો** કે જે **હું** કે'તા **અપાન** અને **સો** કે'તા **પ્રાણ**, આમ બને પ્રાણ એકરુપ થઈને **હંસો** બને છે તેને વિષ્ણુનું વાહન **ગરુડજી** પણ કહેવાય છે.
આમ આત્મા વિષ્ણુ અને મન ગરુડ રુપે બનીને ત્રીજો પાઠ ભજવે છે કે જેમાં વિષ્ણું ગરુડ ઊપર બેસીને કૈલાસ પર્વત પર જ્યાં સદાશિવ બિરાજમાન છે તે સચખંડમાં જાય છે. અને સદાશિવના દર્શન કરીને પાંચમા વેદનું જ્ઞાન પણ મેળવે છે.

૪. છેલ્લે જ્યારે સચખંડમાં પહોચે છે ત્યારે પોતે કુટસ્થ બ્રહ્મમાંથી પૂર્ણ બ્રહ્મમાં સમાય જાય છે. (ઉનમુનિ અવસ્થામાં મનનો બ્રહ્મમાં લય થઈ ગયેલ હોય છે તેથી માત્ર કુટસ્થ બ્રહ્મ કે આત્મા એક જ રહે છે.) અને ત્યાં પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા એક જ રહે છે. ત્યારે ત્યાંથી પાછા વળીને ભગવાનના રુપના સ્વરુપનો પાઠ ભગવાનની ઈચ્છા મુજબ સંત-ભક્ત કે અવતારી પુરુષ ભગવાન તરીકેનો શેષ પાઠ દિપાવીને પૂરો કરવાનો હોય છે. તે ચોથો પાઠ છે.

ઉપરોક્ત ચારેય પાઠ ભજવવા માટેની જરુરી સતા શક્તિ દરેક મનુષ્યમાં સુષુપ્ત રીતે સંઘરાઈને રહેલી છે. પણ મનુષ્ય પોતામાં રહેલી શક્તિનો માત્ર ૦.૧૦ ટકા જ ઉપયોગ આખા (પૂર્ણ) જીવન દરમ્યાન કરે છે. જો સુષુપ્ત રહેલી શક્તિને સદગુરુની દયા-કૃપાથી, જ્ઞાન-વિજ્ઞાન મેળવીને યોગ્ય રીતે સાધના કરીને જગાડવામાં આવે તો તેવો સતા-શક્તિવાન મનુષ્ય એ ચારેય પાઠ પોતાના જીવન દરમ્યાન ભજવી શકે છે અને તે વ્યક્તિને પછી મનુષ્ય નહી ગણતા ભગવાન કે અવતારી પુરુષ કહેવામાં આવે છે.

તે આપણી અંદર રહેલી શક્તિને ઉજાગર કરીને તે પાઠ ભજવવાને માર્ગે આગળ વધીએ તેવી શુભેચ્છા, અને શુભ વિચારણા કરીએ.

જય ભગવાન.

૨૦.૧ બ્રહ્મ જ્ઞાન

હવે આપણે એ વિષે પણ થોડું સમજી લઈએ કે સૂરતા-શબ્દનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં જ્યારે બુધ્ધિમાં પ્રકાશ થવાથી (નાદબ્રહ્મનો પ્રકાશ થવાથી) બુધ્ધિ પણ બ્રહ્મમાં સ્થિત થશે અને બુધ્ધિમાં બ્રહ્મજ્ઞાનનો ઉદય થશે. વેદનું મહા વાક્ય પણ છે કે **"પ્રજ્ઞાનમ બ્રહ્મ"**. આમ બ્રહ્મ જ્ઞાન વાળી બુધ્ધિ વાળાને બ્રહ્મ જ્ઞાની કહેવાય છે. અને તે બ્રહ્મ જ્ઞાન વડે જ જગતના કે સંસારના બધનોમાંથી મુક્તિ મળે છે. તે વિષે પણ જરા સમજી લઈએ.

પોતે જ પોતાની મેળાએ પ્રકાશનારા અને પોતાના સ્વરુપ વિષેનું જ્ઞાન ધરાવનારા (પ્રકાશ વિમર્શ) જીવ-જગત-ઈશ્વર તથા માયાથી પણ પર, બધાને પ્રકાશીત કરનારા અને સર્વના સાક્ષી એવા બ્રહ્મને જોનાર પોતે જ બ્રહ્મ રુપ બને છે. એટલે કે સરતા (આત્મવૃતિ) જ્યારે શબ્દમાં (નાદ-બ્રહ્માં) સમાય છે. – કે'તા તે સાથે એક રુપ થાય છે. ત્યારે પોતે, જીવાત્મામાંથી બ્રહ્માત્મા રુપે બને છે.

સત્ય, જ્ઞાન, આનંદ અને પૂર્ણતા જેના લક્ષણો છે અને જે અંધકારથી પર છે અને જ્ઞાન સ્વરુપ છે એવા બ્રહ્મના આનંદને પામેલાને કર્મો બંધન કરતાં નથી. બધે રહેલા સચ્ચિદાનંદ બ્રહ્મને જ્ઞાનરુપ આંખવાળો, જ્ઞાન દૃષ્ટિથી જોઈ શકે છે. અને અજ્ઞાની જોઈ સકતો નથી. બ્રહ્મના જ્ઞાન વડે મનુષ્ય અમર બને છે. અને એ બ્રહ્મ પોતે જ છે, એમ જેણે જાણ્યું હોય તેને કોઈનો પણ ભય લાગતો નથી. જે જગત અજ્ઞાનીને દુઃખ ભરેલું લાગે છે, તે જગત જ્ઞાનીને આનંદમય લાગે છે.

અનંત સચ્ચિદાનંદ રુપમાં સ્થિત બનેલાને માટે, બંધાયેલો કોણ અને મુક્ત કોણ? હમેશા સર્વ પ્રાણીઓમાં પોતાનું જ ચૈતન્ય સ્વરુપ જોનારાને દેહ વગેરે બધું હોવા છતાં બ્રહ્મ દૃષ્ટિથી બધુ બ્રહ્મ રુપે જ દેખાય છે, ભિન્ન રુપે દેખાતું નથી. બ્રહ્મને જાણનારો આખા જગતને જોતો છતાં તેને પોતાના આત્માથી જુદું જોતો નથી. આથી તેનો સંસાર પ્રપંચ અનુભવમાં બિલકુલ આવતો નથી; પણ પોતાનું સ્વરુપ જ અનુભવમાં આવે છે. અને તેથી તેને માટે બંધન કે મોક્ષ જેવું કંઇ રહેતું નથી. સર્વ પ્રાણીઓની અંદર રહેલા ચિદાત્મારુપ, મને હું નમસ્કાર કરું છું. જો મારા વડે જ આખું વિશ્વ ભરાયેલું છે તો પછી મારે કરવાનું શું? જવાનું ક્યાં? અને લેવાનું શું? "બ્રહ્મ" છે એવું જાણવું તે **પરોક્ષ જ્ઞાન** છે. અને સાધના વડે બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરી 'હું બ્રહ્મ છું', એમ અનુભવીને બ્રહ્મરુપે થવું તેને બ્રહ્મનું **અપરોક્ષ જ્ઞાન** કહેવાય.

બંધન અને મોક્ષ એ મનનુ જ કારણ છે. જો મનથી (સંકલ્પથી) "હું" અને "મારું" માનીએ તો બંધન છે. એની જગ્યાએ "તું" અને "તારું" લગાવીએ (માનીએ) તો મોક્ષ છે. બહારની અને અંદરની ચિંતા છોડી દેવી જોઈએ. અને પોતાના મૂળ સ્વરુપમાં સ્થિત થવું જોઈએ કે જ્યાં કોઈ ચિંતા છે જ નહી. સંકલ્પ (વિચાર) ને લઈને જ આ જગત ભાસમાન થાય છે. માટે સંકલ્પને છોડી દઈને નિર્વિકલ્પ અવસ્થાનો આશરો લેવો જોઈએ. અને તેમ કરવા માટે પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્મામાં સ્થિત (સ્થિર) થવું જોઈએ.

ઘર, આકાશ અને મહાઆકાશ, જેમ મહાઆકાશમાં રહેલા છે તેમ જીવ અને ઈશ્વર મારામાં જ રહેલા છે તેવું અનુભવવું જોઈએ. અને તેવી સ્થિતિ સાધના વડે અનુભવી શકાય છે. માટે જીવ અને ઈશ્વર વગેરેની ચિંતા છોડી દઈને (કલ્પના છોડી દઈને); માત્ર બ્રહ્મ તત્વનો જ વિચાર કરવો જોઈએ. શરીર આજ પડે કે પછી હજારો વર્ષ સુધી ટકે પણ તેના વડે મારા આત્મા (ચૈતન્યરુપ) માં કોઈ ફેરફાર થવાનો નથી. જેમ કાંચળીને છોડી દેનાર સાપને એ કાંચળીમા મમતા રહેતી નથી તેમ બ્રહ્મ તત્વનું (અનુભવનું અપરોક્ષ) ભાન થતાં જીવ પણું રહેતું નથી.

(સાધનાની ત્રીજી ભૂમિકાએ સગુણ બ્રહ્મનો બોધ થવો) અને અધ્વૈત તત્વનો બોધ થયા પછી વાસના રહેતી નથી. (સાધનાની પાંચમી ભૂમિકાએ કુટસ્થ બ્રહ્મનો અનુભવ થાય, ત્યારે સંચિત કર્મોનો નાશ થઈ વાસના નિર્મૂળ થાય છે.) જો અજ્ઞાન જ નથી તો પછી જગત ક્યાંથી હોય? એ છઠઠી ભૂમિકાએ પહોચ્યા પછી ઈશ્વર, ગુરુ, જીવ, જગત વગેરે ક્યાંથી હોય? વ્યષ્ટિ અને સમષ્ટિમાં બધે જ બ્રહ્મતત્વ સિવાય બીજુ અનુભવાતું નથી. હું તો કેવળ એક ચૈતન્ય રસથી ભરેલ અને પરિપૂર્ણ બ્રહ્મ જ છું એવું ભાન થાય છે.

જેમ પાણીમાં નાખેલું મીઠું તેમા ઓગળીને એકરસ થઈ જાય છે તેમ **આત્મા અને મનની** જે **એકતા** – તે **સમાધિ** કહેવાય છે. તેને **નિર્વિકલ્પ સમાધિ** કહે છે. તે સ્થિતિ છઠઠી ભૂમિકાએ અનુભવાય છે. જેમ સંગીતના તાલ, લય અને વાજીંત્ર વગેરે પર ધ્યાન રાખવા છતાં કોઈ નૃત્ય કરતી સ્ત્રી પોતાના માથા પર રહેલ ઘડાને નીચે પડવા ન દેવો એવું ધ્યાન રાખે છે. તેમ ઝીણામાં ઝીણા વિષયોને જોતા હોવા છતાંય જ્ઞાની પુરુષો પોતાની સૂરતાને પ્રણવનાદમાં (પૂર્ણબ્રહ્મમાં) સતત એકધારી બ્રહ્માકાર રુપે જોડાયેલ રાખે છે. એટલે કે વેદના મહા વાક્ય, "અહમ બ્રહ્માસ્મિ" પ્રમાણે બ્રહ્મરુપે થઈને રહે છે. ક્યારેય પણ બ્રહ્મના ચિંતનની બુધ્ધિને છોડી દેતો નથી.

એક જ વસ્તુ જુદી જુદી કદી પણ થાતી નથી. આથી હું અખંડ છું. કેમ કે મારાથી જુદું કંઈ નથી. જે કંઇ દેખાય છે કે સંભળાય છે તે બધું નિત્ય, શુધ્ધ, મુક્ત, આનંદમય, સત્ય, જ્ઞાનમય અને અનંત એવું પરબ્રહ્મ જ છે. અને એ પરબ્રહ્મ હું પણ છું. તેથી હું પરબ્રહ્મ જ છું. વાદળા જેમ આકાશમાં હોવા છતાંય, આકાશને સ્પર્શી સકતા નથી. તેમ આનંદ અને જ્ઞાનરુપ એવા મને સંસારના દુખો સ્પર્શી સકતા નથી. પરમ જ્ઞાનીને માટે તો બધું ચૈતન્ય હોવાથી તેને જન્મ-મરણ, જવું-આવવું, મળ-નિર્મળતા, શુભ-અશુભ, લાભ-હાની, રાગ-ધ્વેષ, હર્ષ-શોક વગેરે કાંઈ જ પણ ધ્વન્ધ્વ હોતું નથી.

કદી પણ બ્રહ્મનો નાશ ન થતો હોય તે બ્રહ્મ તત્વ સાથે એકરુપ થઈને હું બ્રહ્મ દશામાં કાયમને માટે સત્યરુપ જ છું અને આનંદરુપ છું. ધનની ઈચ્છાથી ધનની પ્રાપ્તિ માટે જેટલા પ્રયાસો કરવામાં આવે છે અને તે માટે પ્રભુની સ્તુતિ કરવામાં આવે છે તેમ જો બ્રહ્મની પ્રાપ્તિ માટે શ્રધ્ધા અને પ્રેમથી પ્રાર્થના કરીને યોગ્ય સાધના કરવામાં આવે તો તેને જીવનમુક્ત થવામાં કોઈ પણ રોકી ન શકે અને પોતાના મૂળ સ્વરુપ એવા બ્રહ્મ તત્વને પામીને કાયમના સુખ મેળવી અમર થઈ સકે છે.

રુપુ જેમ છીપમાં કલ્પાય છે તેમ આખું માયામય જગત બ્રહ્મમાં જ કલ્પાયેલું છે. દેહ, ઈન્દ્રિયો, પ્રાણ, મન, બુધ્ધિ, અહંકાર, ચિત, માયા તેમજ આકાશ, પવન, પાણી, પ્રકાશ, જમીન, પહાડ, પશુ, પક્ષી, ઝાડ, ઘાંસ વગેરે વગેરે જે કંઇ દેખાય છે કે નથી દેખાતું એવા સુક્ષ્મ રુપે છે તે બધાં જ બ્રહ્મ તત્વના વિવર્ત રુપ છે.

જેમ કે સોનામાંથી થયેલા ઘરેણાં અલગ અલગ છે પરંતુ બધામાં સોના સિવાય બીજું કઈ નથી. ઘરેણાના નામ, રુપ મિથ્યા છે. તેવી જ રીતે બધાં બ્રહ્મમાંથી જ થયેલા બ્રહ્મના વિવર્ત રુપો જ છે. બ્રહ્મ સિવાય બીજુ કાંઇ પણ છે જ નહી.

બીજુ દૃષ્ટાંત લઈએ તો જેમ એચ-ટુ-ઓમાંથી પાણી, તેમાથી બરફ, વરાળ, ભેજ, વાદળા, વરસાદ, નદી, તળાવ, ધોધ, દરિયો, મોજા, વમળ, તરંગ, ફીણ, પરપોટા વગેરેમાં એચ-ટુ-ઓ તો છે જ. જો એચ-ટુ-ઓ ને બાદ કરી નાખીએ તો કાંઈ નથી. તો એચ-ટુ-ઓ જ બધાં જુદા જુદા રુપે વિલસી રહયો છે. તે બધાંને એચ-ટુ-ઓના જ વિવર્ત રુપ કહેવાય. તેમ આખુ બ્રહ્માંડ બ્રહ્મ તત્વમાંથી જ બનેલું બ્રહ્મનું વિવર્તરુપ જ છે. બ્રહ્મ સિવાય બીજું કાંઇ છે જ નહી અને એનો અનુભવ પણ નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં થાય છે. સાધનાની છઠ્ઠી ભૂમિકાએ એક માત્ર સચ્ચિદાનંદ બ્રહ્મરુપ છે એવો અહેસાસ થાય છે.

જેમ પાણીના શાંત સરોવરમાં પ્રતિબિંબિત થયેલો સૂર્ય પવનની જરા લેરખી વાયાથી પાણીમાં તરંગ ઊઠતા સૂર્ય હાલતો હોય એમ લાગે છે. તેમ ચીતરુપી સરોવરમાં વિષયરુપી માયાવી વૃતિઓ ઊઠતા (તરંગીત થતાં) આત્માનું પ્રતિબિંબ અસ્થીર થઈ જાય છે ત્યારે ભ્રાંતીથી અહંકાર ઉત્પન્ન થયી જાય છે. આમ ચિતમાં આત્માના સ્થાને અહંકારનો આભાસ થાય છે. (જેમ અજ્ઞાનથી દોરડામાં સાપનો આભાસ થાય છે.) તે અહંકાર ચેતન સાથે ભળે છે અને જીવાત્માનું રુપ ધારણ કરી લે છે.

એટલે કે ચિતમાં જીવાત્માનો આભાસ થાય છે. આમ પોતાનું મૂળ આત્મસ્વરુપ ભૂલીને અહંકારના સંબંધથી જીવાત્માનો સંસાર ચિતમાં ભાસમાન થાય છે. આમ સંસારનું મૂળ કારણ ચિત જ છે. માટે ચિતવૃતિઓનો નિરોધ કરીને ચિતને શુધ્ધ કરવું. અને પોતાના મૂળ જ્ઞાન સ્વરુપ એવા આત્મામાં સ્થિર થવું. હું, મારું, રાગ, ધ્વેષ વગેરે ચિતમાં ઉત્પન્ન થવા લાગે કે તરત જ તેમને બ્રહ્મ જ્ઞાન રુપી અગ્નિથી બાળી નાંખવો જોઈએ. માણસ જેટલો પારકા દોષ જોવામાં ચાલાક હોય તેટલો જ પોતાના દોષ જોવામાં ચાલાક હોય તો તેને બંધનમાંથી મુક્ત થવામાં કોઈ અટકાવી ન શકે.

સિધ્ધિઓને પ્રાપ્ત કરવાના સાધનો જેવા કે **મંત્ર, તંત્ર, દૃવ્ય, ક્રિયા-કાંડ** વગેરે સાધનો **પરમાત્માની પ્રાપ્તિ** કરવામાં તદન **નિરઉપયોગી** છે. જેમાં બધી ઈચ્છાઆ શાંત થઈ જાય એવા આત્માનો ઉદય થયા પછી એવી સિધ્ધિઓ મેળવવાની કોની ઈચ્છા રહે? કોઈની નહી. માટે બ્રહ્મ વિધા વડે બ્રહ્મસ્વરુપમાં સ્થિત થવું એ સર્વોતમ સાધના કે સર્વોતમ જ્ઞાન છે.

દાસાનું દાસના જય ભગવાન.

૨૧.૧ જીવનમુક્ત અને તેનાં લક્ષણો

સાધના કરતાં કરતાં પોતાના મૂળ **સ્વરુપ – આત્મા**માં સ્થિત થયેલા સ્થિતપ્રજ્ઞની બધી મનની કામનાઓ છૂટી જાય છે અને આત્મ સ્વરુપમાં રહેવાથી ખૂબ જ સંતોષ અનુભવાય છે. સુખમાં કે દુઃખમા જેના મનમાં હર્ષ કે શોક ઉત્પન્ન થતાં નથી તે જીવન મુક્ત કહેવાય. રાગ, ધ્વેષ, ભય, વગેરે અનુસાર બહારથી રહેતો હોવા છતાં પણ અંદરથી જે આકાશની જેમ વિકાર રહિત રહે છે તે જીવન મુક્ત કહેવાય. ક્રિયા કરતો હોય કે ન કરતો હોય, તો પણ જેને અહંકાર ઉત્પન્ન થતો નથી અને જેની બુધ્ધિ મલિન થતી નથી તે જીવન મુક્ત કહેવાય છે.

લોકો જેનાથી ઉધ્વેદગ પામતા નથી, જે લોકોથી ઉધ્વેગ પામતો નથી અને જે હર્ષ, શોક, ભયથી મુક્ત છે તે જીવનમુક્ત કહેવાય. આ જગત બ્રહમનું વિવર્ત રુપ જ છે અને હું પણ બ્રહમ જ છું. જે બધું દેખાય છે તે બધું અવાસ્તવિક છે એટલે કે નામ રુપ મિથ્યા છે. એમ પાકો નિશ્ચય થયો હોય અને જેના ચિતમાં કંઈ પણ સ્ફૂરતું નથી તેને જીવનમુક્ત કહેવાય છે.

કર્તાપણું, ભોક્તાપણું, સુખ-દુઃખ, ચિત વૃતિઓ વગેરે રુપનો જે ચિતધર્મ છે તે કલેશ રુપ, તથા દુઃખ રુપ હોઈ બંધન છે. તે ચિતનો વિરોધ (નિરોધ) થવો તે જીવનમુક્તિ છે. અને પારબ્ધ કર્મોનો નાશ થતાં વિદેહ મુક્તિ મળે છે. યોગ્ય પુરુષાર્થ વડે સાધના કરતાં જ્યારે બીજી ભૂમિકાની આખરે સૂરતા-શબ્દમાં એક રુપ થતાં **મનન રુપાંતર બ્રહમમાં** થાય છે તે સ્થિતિને **અસ્મિતા સમાધિ** કહેવાય છે.

તે સમાધિ પ્રાપ્ત થતાં જીવનમુક્તિ મળે છે (તેને સમપ્રજ્ઞાત સમાધિ પણ કહે છે.) અને જ્યારે પાંચમી ભૂમિકાએ પહોચે છે ત્યારે સંચિત કર્મો કે બધી, કારણ દેહમાં રહેલી વાસનાઓ, સંસ્કારો વગેરેનો નાશ થાય છે ત્યારે તે વિદેહ મુક્તિ પામીને જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી પણ મુક્ત થાય છે.

વાસના રુપ નદી શુભ અને અશુભ એમ બે માર્ગે ચાલે છે. તેને યોગ્ય પ્રયત્ન વડે પ્રથમ શુભમાર્ગ તરફ વાળવી અને પછી બધી વાસનાઓ છોડી દેવી. **વાસના ક્ષય, મનો નાશ** અને **આત્મજ્ઞાન** એ **ત્રણે, સૂરતા-શબ્દના સહજ યોગ ધ્વારા** ક્રમ બધ્ધ **પાંચમા ભૂમિકાએ** પહોચતા **સિધ્ધ થાય છે.**

સેંકડો પૂર્વ જન્મોના અભ્યાસને લઈને મિથ્યા સંસાર વાસના દૃઢ થઈ ગઈ છે અને તેથી સતત અભ્યાસ વિના તેનો નાશ થઈ સકતો નથી. વાસનામાં આસક્ત બનેલું મન બંધન વાળું કહેવાય છે. અને વાસનામાં વિનાનું મન મુક્ત બ્રહમરુપ કહેવાય છે. (કુટસ્થ બ્રહમ), વાસનાને છોડી દઈને માત્ર ચૈતન્ય સ્વરુપમાં જ જે સ્થિર બને છે તે સચ્ચિદાનંદરુપ જ બની જાય છે. સમાધિ કે બીજા કર્મો કરે કે ન કરે તો પણ જેણે અંતઃકરણ પૂર્વક બધી ઈચ્છાઓ છોડી દીધી છે, તે મુક્ત જ છે. જેનું મન વાસના વિનાનું છે તેને કર્મ કરવાપણું કે ન કરવાપણું કંઇ જ રહેતું

નથી. તેના આંખ વડે ઈન્દ્રિયો વાસના રહિત આપમેળે બહારની વસ્તુઓ તરફ જાય છે. **ચિતરુપી** વૃક્ષના, **પ્રાણ અને વાસના એ બન્ને ભળવાથી** બીજ બને છે. તેમાનાં એકનો પણ નાશ થાય તો બને નાશ પામી જાય છે.

જ્યાં સુધી પરમતત્વનું (બ્રહ્મનું) જ્ઞાન થયું ન હોય ત્યાં સુધી **ગુરુ અને સતશાસ્ત્ર**ના નિર્ણય પર આધાર રાખી ચાલવું. ત્યાર પછી જ્ઞાન પરિપક્વ થતાં એ શુભ વાસનાઓને પણ છોડી દેવી. કારણ કે શુભ કે અશુભ એ બને **વાસના બંધન કારક** છે. અશુભ વાસના લોઢાની બેડી છે અને શુભ વાસના સોનાની બેડી છે. આમ બધામાંથી મુક્ત થઈ સુખ-શાંતિ-સંતોષ વડે જીવન વિતાવી નિર્વાણપદને પામી જવું.

૨૧.૨ જીવન મુક્તના લક્ષણો (ભગવદ ગીતા પ્રમાણે)

ભગવદ ગીતામા પણ અધ્યાય બીજામાં સ્થિતપ્રજ્ઞના લક્ષણો શ્રીકૃષ્ણ-અર્જુનના સંવાદ રુપે કહેવામાં આવ્યા છે તે જીવનમુક્તના જ લક્ષણો છે. (આગળ આપણે બુધ્ધિ યોગમાં જોઈ ગયા છીએ.) તે સમજી લઈએ.

આપણું રાષ્ટ્રીય ભજન, જે મહાત્મા ગાંધીને પણ ખૂબ પ્રિય હતું, તે ભક્ત કવિ નરસી મહેતાની રચનામાં બતાવવામાં આવેલા જીવનમુક્તના લક્ષણો અહી લખવા અસ્થાને નહી ગણાય.

"ભજન"

વૈષ્ણવજન તો તેને કહીએ, જે પીડ પરાઈ જાણે રે,
પર દુઃખે ઉપકાર કરે તોયે, મન અભિમાન ન આણે રે.

પોતાના આત્મસ્વરુપમાં સ્થિત થયેલા એવા બ્રહ્મજ્ઞાનીને સાચો વૈષ્ણવ ત્યારે કહેવાય કે જ્યારે બીજાના દુઃખ કે પીડાઓ જાણીને પોતાનું હૃદય તે દુઃખ અનુભવવા લાગે. અને બીજાના દુઃખ દૂર કરવા માટે પરોપકાર ભાવે મદદરુપ થાય તો પણ એને એમ ન થાય કે મેં એને મદદ કરી કે હું એના દુઃખ દૂર કરવામાં ઉપયોગી થયો. તે વૈષ્ણવ તો એમ જ માનતો હોય છે કે હું તો નિમિત **માત્ર** છું. પરી-બ્રહ્મ પરમાત્મા જ મારા મારફતે કાર્ય કરે છે. તે સેવાના કાર્યમાં નિષ્કામ ભાવ રાખીને આનંદ અનુભવે છે.

સકળ લોકમાં સૌને વંદે, નિંદા ન કરે કેની રે,
વાચ કાછ મન નિશ્ચલ રાખે, ધન ધન જનની તેની રે.

પૂર્ણ કક્ષાએ પહોચેલ કેવળ પદમાં સ્થિત થયેલા એવા પરમ ભક્તની દિવ્ય દૃષ્ટિમાં બધે જ જ્યાં જુઓ ત્યાં તેને હરિના જ દર્શન થતાં હોય છે. એને હરિના રુપ સમજીને વંદન કરે છે. અને બધામાં રહેલા સર્વ સામાન્ય આત્મા, પરમાત્માનું રુપ છે, તો પછી કોની નિંદા કરવી? એમ

સમજીને પોતાની વાણી, વિષયો અને મન કે'તા સૂરતાને બ્રહ્મમાં અડગ રાખે. (તેમાંથી જરા પણ ચલિત ન થાય) આવા ભક્તને, જેણે જન્મ આપીને ઉછેરીને સારા સંસ્કાર આપી પાલન-પોષણ કરેલ, તે માતાને પણ ધન્ય છે.

સમદૃષ્ટિને તૃષ્ણા ત્યાગી, પર સ્ત્રી જેને માત રે,
જીહ્વા થકી અસત્ય ન બોલે, પર ધન નવ ઝાલે હાથ રે.

જેની સૂરતા શામળિયામાં ભળી ગયેલ હોય તેવા પરમ ભક્તની દૃષ્ટિમાં તો બધા હરિના રૂપ છે. કોઈ ઉચ્ચ કે કોઈ નીચ નથી. વર્ણ ભેદ કે જાતિ ભેદ નથી. ગરીબ કે તવંગર, સાધુ કે સંસારી વગેરે સાથે એક જ ભાવથી જુએ છે. એવી સમદૃષ્ટિ કેળવાયેલી હોય છે. અને એના ચિતમાં ઊંડે ઊંડે પણ કોઈ જાતની આશા-અપેક્ષા-ઈચ્છા કે તૃષ્ણા વગેરે જોવા મળે નહી, તેવું નિર્મળ ચિત હોય છે. અને સ્ત્રીઓ તરફની દૃષ્ટિ પણ એવી શુધ્ધ હોય છે કે બધી સ્ત્રીઓમાં તેને, તેની મા-બહેન-કે દીકરીના દર્શન થાય છે. આવી વાસના રહિત દૃષ્ટિ હોય છે અને બીજાઓ સાથે જ્યારે વાતો કે સત્સગ કરશે ત્યારે પોતાના હૃદયમાં જે હશે તે જ રજુ કરશે. મનમાં કાંઇ બીજું હોય અને કહે કાંઇ તેનાથી જુદું તે અસત્ય કહેવાય. સંત હમેશા જે જાણતા હોય તેવું સત્ય જ બોલતા હોય છે. પછી કોઈને ગમે કે ન પણ ગમે. તેની પરવા કરતા નથી. તેવા સત્ય વક્તા હોય છે.

પોતાનો જીવન નિર્વાહ ચલાવવા માટે પોતે યોગ્ય પુરુષાર્થ કરીને વ્યવસ્થા કરેલી હોય છે. તેવા સંત કોઈ પણ તરફથી દાન-દક્ષિણા કે ભેટ-સોગાદ સ્વીકારશે નહી. જોઈએ તેનાથી વધુ ધનનો સંચય પણ નહી કરે. તે બાબતમાં કોઈના આધારે કે બંધનમાં રહેશે નહી પણ મુક્ત રહેશે.

તે ભક્તનું ચિત યોગ્ય અભ્યાસ કે સાધના કરીને એવું તો નિર્મળ થયું હોય કે તેમાં જરા પણ ઈન્દ્રિયોના વિષયો પ્રત્યે રાગ ન હોય એવો વશીકાર,-વિચાર વૈરાગ્ય હોય અને સંચિત કર્મોનો પણ નાશ થઈ ગયેલો હોય છે. તેથી પર વૈરાગ્યની (વિતરાગીની) સ્થિતિને પામી ગયેલ હોય છે. તેવી સ્થિતિવાળા ચિતમાં મોહ કે માયા રહી જ ન શકે. એટલે કે જોવા ન મળે અને દાખલ પણ ન થઈ સકે તેવો દૃઢ વૈરાગ્ય (વિતરાગ) હોય છે.

રામ નામ શું તાળી વાગી, સકળ તીરથ તેના મનમાં રે,

સાધના કરતાં કરતાં નામની જાગૃતિ થઈ ગઈ અને સિધ્ધ કરીને જીવનમુક્ત થઈ ગયાં. નામની તાળી લાગવી એટલે એક હાથની તાળી – બોલનારો દેખાય નહી અને કાન વગર સંભળાય – તેવા **નાદ-બ્રહ્મને રામનામની તાળી વાગી** કહેવાય. અને સાધનામાં વધુ આગળ વધીને છઠ્ઠી ભૂમિકાએ પહોંચી પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્મામાં સ્થિત થાય ત્યારે; **બ્રહ્મ** કે'તા **કુંડલીની સર્જન** શક્તિ, **વિષ્ણું** કે'તા **જ્ઞાન** શક્તિ, **મહેશ** કે'તા **પ્રાણ** શક્તિ.

આમ ત્રણેય શક્તિઓ આત્માની સેવામાં હાજર હોય છે. અને બીજા દેવી-દેવતા જેમ કે આંખના દેવ સૂર્ય, કાનના દેવ દિશા, હાથના દેવ ઈન્દ્ર, પગના દેવ ઉપેન્દ્ર, જીભના દેવ અગ્નિ, વગેરે આમ જે કોઈ જીવન મુક્ત પોતાના મૂળ સ્વરુપમાં સ્થિત હોય છે તેના મન-બુધ્ધિ-ચિત-અહંકાર, ઈન્દ્રિયો તથા પ્રાણ વગેરેના દેવો અને તેની શક્તિરુપી દેવીઓ પણ પોતપોતાના સ્થાને જાગૃત રહીને કાયા નગરીનો વહીવટ કરતા હોય છે. તેથી નરસિંહ મહેતા કહે છે કે ખરા વૈષ્ણવ જનમાં, જગતના બધાં દેવ-દેવીઓ પ્રગટ રુપે બિરાજમાન છે.

વણ લોભીને કપટ રહિત છે, કામ ક્રોધ નિવાર્યા રે,
ભણે નરસૈયો તેનું દર્શન કરતાં, કૂળ એકોતેર તાર્યા રે.

ખરા જીવન મુક્ત વૈષ્ણવના મન, બુધ્ધિ, ચિત વગેરે એવા શુધ્ધ અને પવિત્ર થઈ ગયેલ હોય છે કે તેમા કામ-ક્રોધ-લોભ-મોહ વગેરે મનનાં વિકાર તથા કુળ-કપટ-લુચ્ચાઈ-ચતુરાઈ-સંદેહ-શંકા-ઈર્ષા વગેરે બુધ્ધિના વિક્ષેપો તથા ચિતમાં રહેતી વિષય વૃતિઓ કે અહંકારનું નામ નિશાન પણ જોવા ન મળે. અને પોતાના શુધ્ધ આત્મ સ્વરુપમાં જ સ્થિત હોય છે. એટલે કે **"આત્મા સો પરમાત્મા"** એ મુજબ સાચો ભગત ભગવાન તુલ્ય છે એમ સમજીને જો તેનું દર્શન કરવામાં આવે તો એકોતેર કૂળનો ઉધ્ધાર થાય એટલે કે સંસાર સાગરમાંથી તરી જાય.

એ એકોતેર કૂળ કયા? આપણા આ દેહમાં સ્થુળ, સુક્ષ્મ અને કારણ એમ ત્રણ દેહ આવેલા છે. તેના જુદા જુદા અંગો-ઉપાંગો-ઈન્દ્રિયો-ગ્રંથીઓ-અંતઃકરણ વગેરેના તત્વો-દેવતાઓ અને તેની શક્તિઓ વગેરે બધાં મળીને ૭૧ જુદી જુદી પ્રકૃતિરુપે રહેલ છે તે બધાં દેવી દેવતા અને જીવનું કલ્યાણ એટલે ૭૧ કૂળ તરી ગયાં કહેવાય.

૭૧ કૂળનું એક સાથે કલ્યાણ થયું કહેવાય. તો કહેવાનું તાત્પર્ય એટલું જ છે કે જો કોઈપણ માનવ સૂરતા-શબ્દની કે કોઈપણ સાધના કરીને પોતાના મૂળ સ્વરુપમાં સ્થિત થાય તો જીવન મુક્તના લક્ષણો આપોઆપ પોતાની મેળાએ સહજતાથી આવી જાય છે. સુખ-શાંતિથી-બ્રહ્મદશામાં મુક્ત જીવન વિતાવા નિર્વાણ પામે છે.

ગંગાસતિએ પણ જીવનમુક્તના લક્ષણો બતાવતા તેની વાણીમાં કહયું છે કે...

૨૧.૩ જીવન મુક્ત સાધુ (ગંગાસતિની વાણી)

એવા! શીલવંત સાધુને વારે વારે નમીએ પાનબાઈ
કે જેના બદલે નહી વર્તમાન રે.
ચિતની વૃતિ જેની સદાય નિરમળી
કે જેને મહારાજ થયા મહેરબાન રે. ...શિલવંત
ભાઈ રે! શત્રુને મિત્ર એકેય નહી ઉરમાં,
જેને પરમારથમાં પ્રિત રે,
મન કર્મ ને વાણીએ વચનુંમા ચાલે ને,

રુડી પાળે એવી રીત રે. ...શીલવંત
ભાઈ રે! આઠે પહોર મન મસ્ત થઈ રેવે
જેને જાગી ગયો તુરિયાનો તાર રે,
નામ રુપ જેણે મિથ્યાં કરી જાણ્યાં ને,
સદાય એને ભજનનો આહાર રે, ...શીલવંત
સંકલ્પ, વિકલ્પ એકેય નહી ઉરમાં ને,
જેણે તોડી નાખ્યો માયાનો ફંદ રે. ...શીલવંત
ભાઈ રે! સંગતુ તમે જ્યારે એવાની કરશો ને,
ત્યારે ઉતરશો ભવ પાર રે,
ગંગાસતિ એમ બોલિયાં ને,
જેને વચનું સાથે વેવાર રે. ...શીલવંત

વાણીનો ટૂંકસાર : સંક્ષિપ્તમાં વિવેચન :

મનુષ્યને કોઈ પણ વિષયની જાણકારી કે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું હોય તો તે વિષયના જાણકાર, અનુભવી જ્ઞાતા પાસે જવું જોઈએ. ત્યાંથી તેને યોગ્ય માર્ગદર્શન અને તેને લગતી યુક્તિ, પ્રયુક્તિઓ જાણવા મળશે. માટે પરમ તત્વના મુમુક્ષુએ, તત્વદર્શી અને તત્વવેતા એવાં બ્રહ્મજ્ઞાની પાસેથી સત્સંગ ધ્વારા, સતના બોધ ધ્વારા જ્ઞાન-વિજ્ઞાન જાણવું ખૂબ જ જરુરી છે. તે સિવાય શાસ્ત્રો કે પુસ્તકોના વાંચનથી પૂરી જાણકારી મળશે નહી. એટલે સંતો-ભક્તોનો સમાગમ ખૂબ જરુરી છે. તે સિવાય જ્ઞાન માટેની યુક્તિ-પ્રયુક્તિઓ સમજી શકાય તેમ નથી. (જેમ પ્રયોગશાળામાં ડેમોસ્ટ્રેશનની જરુર પડે) તો તેવા જીવનમુક્ત કે શીલવંત સાધુના લક્ષણો બતાવતા કહે છે કે...

શીલવંત સાધુને વારે વારે નમીએ, જેના બદલે નહી વર્તમાન રે.

એટલે કે જેણે સાધનાના માર્ગે ચાલીને પૂર્ણ કક્ષાએ પહોચીને પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્મામાં સ્થિતિ કેળવી લીધી છે. અને તે સ્થિતિમાં અડગ રીતે રહેતા હોય અને ભૂત કે ભવિષ્યની જરાયે ચિંતા કર્યા વગર સતત વર્તમાન એટલે કે વર્તમાનમાં પોતાના સ્વરુપમાંથી જરા પણ ચલાયમાન થયા વગર સચ્ચિદાનંદ સ્વરુપમાં મહાલતા હોય તેને શિલવંત સાધુ કહેવાય. અને તેવા સાધુઓના સમાગમ કરવાનું કહે છે.

ચિતની વૃતિ જેની સદાય નિરમળી જેને મારાજ થયા છે મેરબાન રે.

એટલે કે જેણે યોગ પકાવીને ચિત વૃતિઓ, જેવી કે અનેક પ્રકારની વાસનાઓ, ઈચ્છાઓ, આશા, તૃષ્ણા, અપેક્ષા વગેરે મન અને ઇન્દ્રિયો મારફતે દોડતી જ રહેતી હોય તે બધી વૃતિઓનો સંપૂર્ણપણે નિરોધ કરીને ચિતાભાસમાંથી ચિદાકાશ જેવી પરમ શુધ્ધ સ્થિતિ કેળવીને દેહાધ્યાસ તથા અહંકારનો પૂર્ણ રીતે ત્યાગ થઈ ગયેલો હોય અને પોતાના જ આત્માની પોતાની જ ઉપર કૃપા કે મહેરબાની થઈ હોય ત્યારે તેની ચિત વૃતિનું રુપાંતર સૂરતામાં થઈને નિરમળીનું કાર્ય કરે છે. નિરમળી કે'તા ફટકડી જેમ પાણીના મેલને દૂર કરે છે તેમ પૂર્ણ કક્ષાએ પહોચેલા

સંતના પરાવાણીના શબ્દો જે કોઈ સાંભળનારના ચિત સુધી પહોચે તો તેના ચિતને શુધ્ધ કરે છે. (તે જીવનમુક્તનું લક્ષણ છે.)

શત્રુને મિત્ર એકેય નહી ઉરમાં, જેને પરમારથમાં પ્રિત રે,

એવા સંત કે જેના હૃદયમાં કોઈ શત્રુભાવ કે મિત્રભાવ નથી. પ્રાણીમાત્ર પ્રત્યે તે સમાનભાવે વર્તે છે. તેને મારું, પરાયું, વેરી કે વહાલું, શુભ કે અશુભ, હર્ષ કે શોક, લાભ કે હાની વગેરે ધ્વન્ધ્વપણામાંથી મુક્ત થઈને અધ્વૈત સ્થિતિમાં કાયમ રહેતા હોય અને એને માત્ર પરમ અર્થે જ પ્રીતી હોય છે. આમ દરેકનો આત્મા સર્વ સામાન્ય એક જ રુપે છે તો દરેકમાં પોતાનો જ આત્મા છે. એમ સમજીને તેની સાથે વહેવાર કરે છે. એમ પોતે પાતાની સાથે વહેવાર કરે છે. આમ તુરિયાતિત સ્થિતિમાં રહીને પોતે જ બોલે ને પોતે જ સાંભળે. બ્રહ્મ લટકા કરે બ્રહ્મને પાસ. એ અનુભવી જીવનમુક્ત સાધુના લક્ષણ છે.

મન, વાણીન કર્મેથી એ વચનુંમા રહ, ને રુડી પાળે એવી રીત રે.

હવે વચનમાં રહેવું એટલે આપણે વચન વિષે જે આગળ સમજી ગયા તે પ્રમાણે વચન એટલે પ્રણવનાદ. સતનામ કે જે રણુકાર રુપે ગાજી વાજી રહયો છે તેને ઓળખવા કે સમજવા માટે વાણીથી ૐ–કાર રુપે બોલાય છે. લખવામાં ઓમ અક્ષરથી લખાય છે. પરંતુ તે વાણીથી પર છે અને લખવાની ભાષામાં આવતો નથી. તે ધુનાત્મક શબ્દ છે. તેથી તેને અલખ પુરુષ પણ કહવાય છે. તે ઈશ્વરવાચક શબ્દનું પ્રતિકરુપે બોલવામાં અને લખવામાં આવે છે. તે ઓમ અક્ષર અને ઓહંકારવાણીથી ઈશ્વર કે બ્રહ્મ કે પરમાત્માની સાન કરવામાં આવે છે. કોઈ તેને વાણીમાં વચન, સતનામ, હુકમ, સતશબ્દો, કલમો, આકાશી અવાજ વગેરે વગેરે તે બધા જ બ્રહ્મની સાન માટેના પર્યાય શબ્દા છે. ઈશ્વરવાચક શબ્દો છે. પૂર્ણ પહોચેલા સંત તેની સૂરતાનો એ છેડો વચન સાથે અખંડ, આઠેપોર, સતત જોડી રાખે અને બીજે છેડેથી વિચાર વાણી કે કર્તવ્ય કરે છે. તેથી પોતે તો નિમિત બને છે અને તેના મારફતે વચન કે'તા ઈશ્વર જ કામ કરતાં હોય તો તેનાથી બીજી કોઈ રુડી રીત હોય શકે નહી. એ રીતે જેનો વહેવાર ચાલતો હોય તેને જીવનમુક્ત કહેવાય.

ભાઈ રે! આઠે પહોર મન મસ્ત થઈને રેવે જેને જાગી ગયો તુરિયાનો તાર,

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય ત્રણ અવસ્થામાં જીવન પસાર કરતા હોય છે. જાગૃત, સ્વપ્ન, સુષુપ્તિ. પણ સિધ્ધ થયેલા યોગીઓ ચોથી અવસ્થા કે જેને તુરિયાવસ્થા કે સમાધિ કહેવાય છે. તેની સૂરતા સતત પોતાની મેળે, એકધારી, અખંડ, બ્રહ્માકારરુપે જાગૃત રહે તેને તુરિયાવસ્થા કે સહજ સમાધિ કહેવાય છે. અને તે આઠે પહોર બ્રહ્માનંદમાં લહેર કરતા હોય છે. તે જીવનમુક્તન લક્ષણ છે.

નામ રુપ જેણે મિથ્યા કરી જાણ્યા, ને સદાય ભજનનો આહાર.

આવા સિધ્ધ થયેલા મહાપુરુષોની બુધ્ધિ પણ પ્રજ્ઞામાં રુપાંતર થઈ ગઈ હોય છે. તે દિવ્ય દૃષ્ટિ વડે જુએ છે ત્યારે તેને બધું પરમતત્વરુપે જ દર્શાય છે. વસ્તુના જે નામ રુપ છે તે માત્ર બોલવા અને જોવા પૂરતા જ છે. પણ તત્વરુપે એક જ છે. જેમ માટીમાંથી બનેલા બધા જ વાસણોના નામ, રુપથી અલગ હોય છે. પણ બધામાં માટી સિવાય બીજું કાંઈ નથી. બધાનું ઉપાદાન કારણ માટી છે. તેમ આખા જગતનું અધિષ્ઠાન પરમાત્મા છે. બધા નામ રુપ મિથ્યા છે. આવી દિવ્ય દૃષ્ટિ હોવી એ જીવનમુક્તનું લક્ષણ છે.

સંકલ્પ, વિકલ્પ એકેય નહી ઉરમાં ને, તોડી નાખ્યો માયાનો ફંદ રે.

સામાન્ય રીતે મનુષ્યો, પોતાના સત્ય સ્વરુપ બ્રહ્મને ભૂલીને એટલે કે, હું બ્રહ્મ છું તેમ નહી સમજતાં, ભ્રાંતીથી અવિધાના કારણે, હું પુરુષ છું, હું સ્ત્રી છું, હું ખેડુત છું કે હું વેપારી છું કે હું ડોક્ટર છું કે હું એન્જીન્યર છું વગેરે કંઇ ને કંઈ, બ્રહ્મથી અલગ સંકલ્પ કરી લીધેલ હોય છે અને ચિતમાં સંસ્કાર રુપે તે સંકલ્પ એવો તો દૃઢ થઈ ગયો હોય છે કે તેને જ પોતાનું સાચું સ્વરુપ માને છે અને તેમાંથી જાતી-ભાતી, ધર્મ-ગરીબ-તવંગર-રાજા-પ્રજા વગેરે અનેક વિકલ્પો પણ થતા હોય છે. તેમાથી રાગ-ધ્વેષ વગેરે દુષણો થાય છે. અને દુખી-દુખી થતા હોય છે. આ બધા માયાને કારણે ભ્રાંતીથી અવિધા-અસ્મિતા-રાગ-ધ્વેષ-અભિનિવેશ વગેરે કલેશોથી ઘેરાયેલો રહે છે. પણ જીવન મુક્ત સિધ્ધ પુરુષે પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્માને ઓળખી-પારખી-નીરખીને નિશ્ચય કરીને કાયમ બ્રહ્મ સ્વરુપે જ રહે છે કે જ્યાં માયા ફરકી પણ સકતી નથી. આમ માયાના સંકલ્પ-વિકલ્પ રુપી ફંદામાંથી મુક્ત થઈ બ્રહ્મ દશામાં કાયમ રહેતા હોય છે.

છેલ્લે ગંગા સતીએ કહયું કે જેનો વચન સાથે જ સૂરતાનો દોર લાગેલ છે એવા જીવન મુક્ત પુરુષનો સંગ કરી – જ્ઞાન વિજ્ઞાનનો બોધ મેળવીને તેણે બતાવેલ માર્ગ પ્રમાણે ચાલસો તો જ ભવ પાર ઉતરશો.

દાસાનું દાસના સત રામ રામ,
ગુરુ પ્રણામ, જય ભગવાન.

૨૨.૦ ૐ-કાર

(પ્રણવનાદ)

અત્યાર સુધી આપણે મૂળ આપણા નિજ સ્વરુપ આત્માને વિષે સમજવા અને તે પ્રાપ્ત થયેલ છે, તેને જ પ્રાપ્ત થવા માટેના જ્ઞાન વિજ્ઞાનની અને તેમાય ખાસ કરીને હંસ મંત્ર, નામ, વચન, સૂરતા-શબ્દનો યોગ કે નાદાનુસંધાન વિષે બહુ વિગતવાર વિસ્તારથી નહી પરંતુ સંક્ષિપ્ત રીતે સાત્વિક બુધ્ધિશાળીને સમજાય તેમ એકને એક જ વાતને અનેક રીતે વર્ણન કરેલ છે.

અને તેમાય મારા અનુભવ પ્રમાણે સૂરતા-શબ્દની, સાધનાની સાત ભૂમિકાઓ લખાણ ધ્વારા, સમજાવવા માટે શક્ય તેટલા પ્રયાસો કરવામાં આવેલ છે તેમા મારા અભ્યાસ દરમ્યાન મનનું રુપાંતર અથવા તો મારી સાધનાની પ્રગતિ જે ક્રમમાં થયેલ છે તેનુ સાત ક્રમમાં કોઠો બનાવીને શક્ય તેટલું સંક્ષિપ્તમાં વર્ણન કરેલ છે. આ સૂરતા-શબ્દનો યોગ એકદમ સહજ અને સરળ છે પણ તે યોગ માટે **યોગ્યતા હોવી જોઈએ.** તેના માટે ખાસ કરીને, **મનની તીવ્ર ઈચ્છા, સાત્વિક અને પ્રખર-શાર્પ બુધ્ધિ** તથા સંસારમાથી **ચિતની ઉપરામ અવસ્થા,** જો ઉપરોક્ત ત્રણે વસ્તુ અનુકૂળ હોય તો ખૂબ જ સરળતાથી અને સહજ રીતે સાધી શકાય છે. સાત્વિક બુધ્ધિ વાળા સજ્જન માણસો, સંસારના ખોટા રીત રીવાજો, ધર્મની અંધશ્રધ્ધા, વહેવાર-ધંધામાં અનીતિ વગેરે વગેરેથી કંટાળીને, સત્ય શું છે? હું કોણ છું? ખરેખર મારે શું કરવું જોઈએ?

આવા શુભ વિચારોથી જેનું ચિત સંસારમાંથા અનાયાસે ઉપરામ થયેલ હોય અને અનુભવી સંત સદગુરુ પાસેથી સૂરતા-શબ્દના જ્ઞાન વિજ્ઞાનનો બોધ મળે તો સહજ રીતે આપણા રોજીંદા વહેવાર-ધંધા કે જે કંઇ પ્રવૃતિઓ કરતા કરતા સાધી સકાય છે તેનો મને અનુભવ છે. આમા બીજું કાંઈ કરવાનું જ નથી. માત્ર જેમ છે તેમ સમજીને પોતાને પ્રાપ્ત થયેલાને જ પ્રાપ્ત થવાનું છે. વચ્ચે ખોટો "હું" પકડાઈ ગયેલ છે. તેમાથી મુક્ત થવાનું છે. તેને જ મોક્ષ કહેવાય, કે નિર્વાણ કહેવાય કે પરમપદ, કેવળ પદ, બ્રહ્મ પદ વગેરે નિજ પદ એવા આત્માના પર્યાય શબ્દો છે.

૨૨.૧.૧ પરિવર્તન ચક

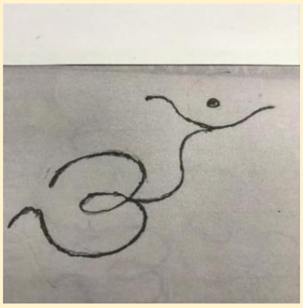
આગળ આપણે એ પણ જોયું આપણુ સર્જન પરમાત્મામાથી જ થયું છે અને જો સાધના કરીએ તો આપણું મન કે જીવ પરિવર્તન પામીને પરમાત્મામાં સમાઈ સકે છે. પરમાત્મા પ્રગટ થાય છે પ્રણવનાદ - ૐકાર ધ્વારા. અને જગત પણ તેમાથી જ પ્રગટ થાય છે.

સહજ યોગ સાધનામાં આપણે સૂરતા, નાદ, અનાહત નાદ, પ્રણવનાદથી તો પરિચિત થઈ જ ગયા છીએ. ૐકાર એ મુળાક્ષર તો નથી જ. એ ઈશ્વરવાચક શબ્દ છે. તેને સંજ્ઞાત્મક રીતે દર્શાવવામાં આવે છે.

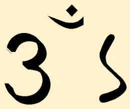
ૐકાર એ એક ધ્વનિ છે જે વગર ઈન્દ્રીયે સાંભળી શકાય છે. આ બાબત આપણે આગળ જોઈ ગયા એટલે પુનરાવર્તન નથી કરતા. એક રીતે તો આ પરિવર્તનનો ખેલ જ છે. પરમાત્માનું પ્રાગટ્ય જ પરિવર્તનથી થાય છે જેને આપણે અસ્તિત્વ કહીએ છીએ. આપણે ઘણી જગ્યાએ વાંચીએ છીએ કે ૐકારના અનેક અર્થો થાય છે. તો આ પરિવર્તનના ખેલને ૐકાર ધ્વારા સમજીએ.

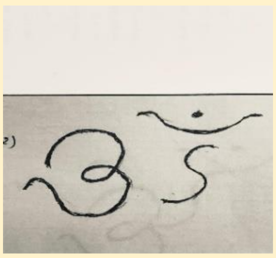
૨૨.૧.૨ પરિવર્તનનો ખેલ

ॐ



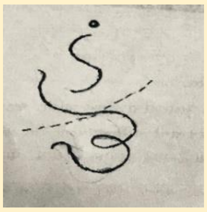
ચિતમાં જ્યારે કોઈ પણ વૃતિ ન હોય ત્યારે શાન્ત અને ચિદાકાશમાં આત્માના બીંબનું પ્રતિબિંબ, ઉપર મુજબ પ્રણવ રુપે કે ઈશ્વર રુપનો સાંકેતિક અક્ષર રુપે નિર્દેશ કરે છે. ૐકાર રુપે.





ચિતની સપાટી ઉપર માયાનું વાવાઝોડું આવતા ૐકાર નું પ્રતિબિંબ તુટીને ઉકાર, મકાર અને અકારમાં ખંડીત થતાં જુદા-જુદા અંગોનો નિર્દેશ કરે છે, તે ઉપર દર્શાવ્યું છે.

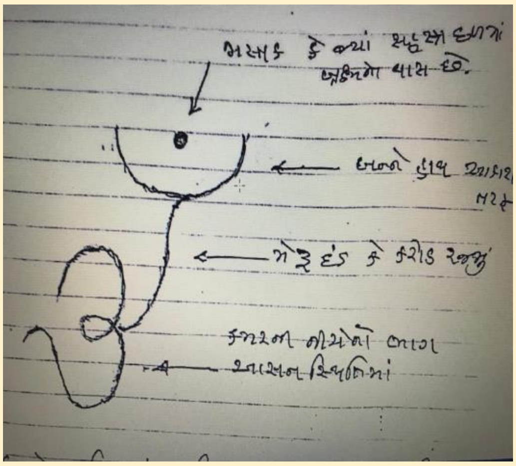
હું

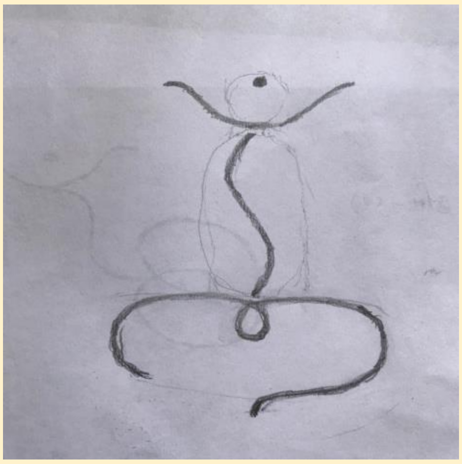


માયાના પ્રભાવથી બેશુધ્ધ-બેહોશ થતાં પોતાના મૂળ સ્વરુપને ભૂલી જઈને માયાની પુત્રી અવિધાનો સંગ કરીને ભ્રાંતીથી ચિતના અસ્થિર-તરંગીત આકાશમાં અકારને ઉકાર મળીને હુ તથા મકાર ઉમેરાતા હું ના પ્રતિબિંબનો આભાસ થઈને, પોતાના આત્મા સ્વરુપને સ્થાને હું રુપી અહંકાર ધારણ કરીને સંકલ્પ-વિકલ્પ કરવા લાગ્યો તેથી અહંકારે મનનું રુપ ધારણ કરી લીધું. આમ હું ના આભાસથી જીવ બનીને જન્મ-મરણના ચક્રમાં ફસાઈ ગયો.

હવે સાધના સાધના કરીને એ જ “હું’ રુપી મનનું રુપાંતર કરીને મુળ સ્વરુપ એવા ૐ-માં ફરીથી સ્થિત કરવામાં આવે તો જીવમાંથી શીવ થાય અને કલ્યાણ થાય.

આ જ પ્રણવનાદ – ૐકાર, માર્ગ બતાવે છે તે સમજીએ નીચેના ચિત્ર ધ્વારા.





અહી ઉકાર, મકાર અને અકારનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. મકારની બીંદીને મસ્તક તરીકે દર્શાવેલ છે અને નીચેના ચંદ્રાકારને બન્ને હાથ આકાશની તરફ દર્શાવેલા છે. જ્યારે અકારને મેરુદંડ કે કરોડ રજ્જુ તરીકે દર્શાવેલ છે હવે જો ઉકારને કમરની નીચેનો ભાગ આસનની સ્થિતિમાં માની લઈએ તો એક પ્રતિકાત્મક રેખા ચિત્ર બની જાશે.

આ રીતે ગુરુ ગીતા સંકેત આપે છે કે ૐ કારને પ્રતિક માની લઈએ તો જ્યારે વ્યક્તિ સુખાસન કે સિધ્ધાસનમાં બેસીને બન્ને હાથ આકાશ તરફ રાખીને પ્રભુ પ્રાર્થના કરે છે ત્યારે તે સ્થિતિનું રેખા ચિત્ર જોઈ શકાય છે. આમ પણ કહેવાય છે કે ૐ-ના અનેક અર્થ છે.

અને આ રેખા ચિત્રમાં આખા વિશ્વનું જ્ઞાન સમાયેલું છે. માટે તેને બ્રહ્માંડનું પ્રતિક પણ કહેવામાં આવે છે. હવે "પીન્ડે સો બ્રહ્માન્ડે" એટલે કે આપણા દેહનું પણ પ્રતિક છે અને તેમાં પણ આખું વિશ્વ બીજક રુપે સમાયેલ છે. સદગુરુની કૃપાથી સાધક મિત્રોની જાણ માટે.

"જો ભાનમાં આવે તો ભગવાન નહી તો હેવાન."

પોતાના મૂળ સ્વરુપને પામીને બ્રહ્મ દશામાં જીવન વિતાવતા પુરુષને ભગવાન તુલ્ય ગણવામાં આવે છે. માટે અવતારી પુરુષોની રેખાકૃતિ – ૐ કારને ઈશ્વરવાચક શબ્દ કહેવાય છે.

આ જ તો અલખને લખવામાં મુશ્કેલી છે, મિત્રો! હવે સમજાયું ને? ગુરુકૃપાથી જ દાસાનુ દાસને પાંચમો વેદ સ્ફુરે છે.

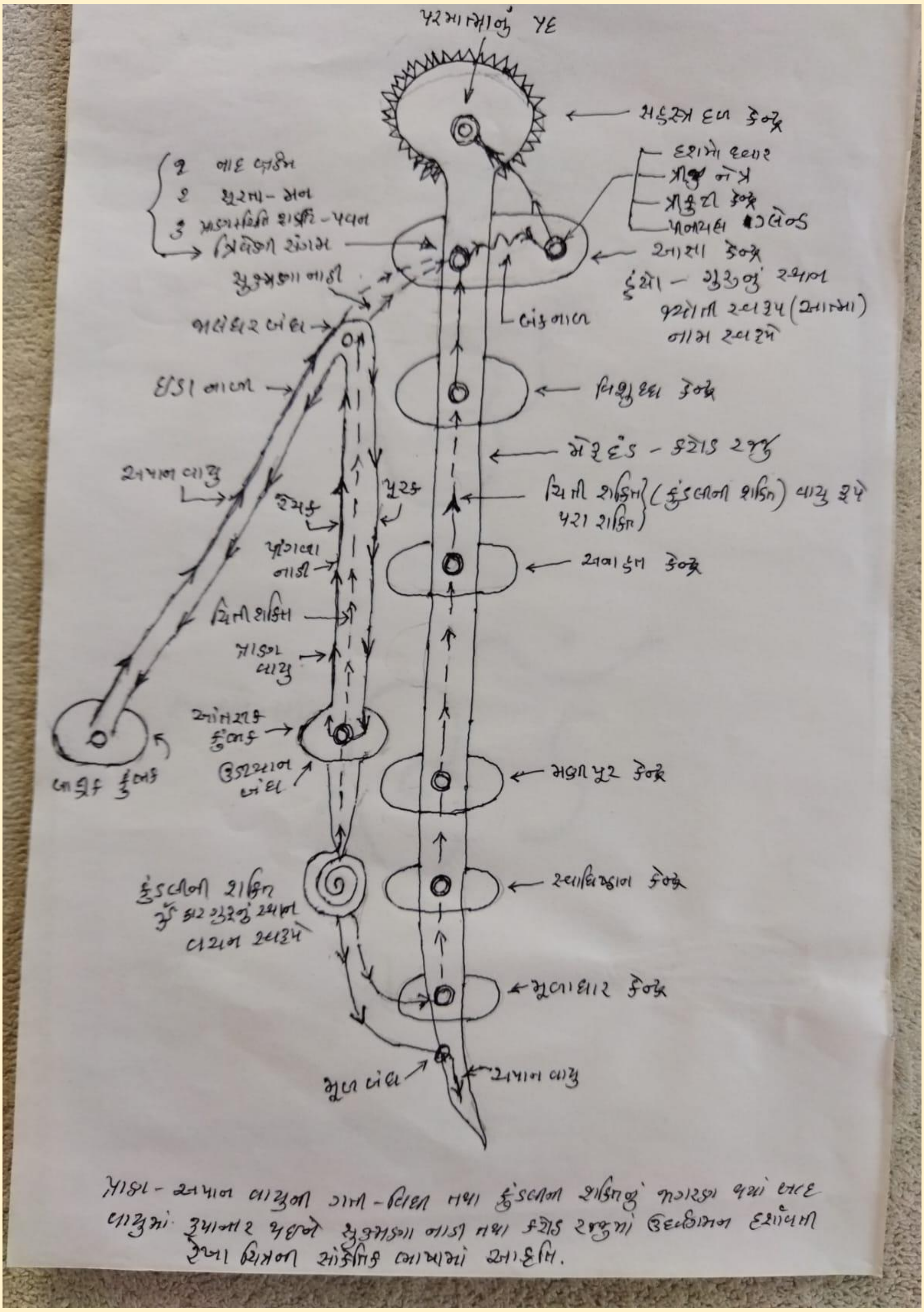
હવે સાધના કરીને એ જ "હું" રુપી મનનું રુપાંતર કરીને મૂળ સ્વરુપ એવા ૐ માં ફરીને સ્થિત કરવામાં આવે તો જીવમાંથી શિવ થાય અને કલ્યાણ થાય.

૨૨.૨.૧ કુંડલીની શક્તિ

કુંડલીની શક્તિની જાગૃતિ – સાંકેતિક ચિત

શક્તિ જાગૃતિ – સાંકેતિક ચિત્ર

ચિત્રને નીચે દર્શાવવામાં આવેલ છે.



ઉપરની આકૃતિમાં પ્રાણ–અપાન વાયુની ગતિ–વિધિ તથા કુંડલીની શક્તિનું જાગરણ થતાં વાયુમાં રુપાંતર થઈ સુક્ષ્મણા નાડી તથા કરોડ રજ્જુમાં ઉર્ધ્વગમન દર્શાવતુ સાંકેતિક

ભાષામાં દર્શાવવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવ્યો છે. અસલમાં તો આ અનુભૂતિથી જ જાણી સકાય છે. ચાલો તેના વડે સહજ યોગને સમજીએ.

સૂરતા-શબ્દની સાધના ધ્વારા આત્મ સ્વરુપ તરફ આગળ વધવા માટે સાધક પ્રથમ અનાહત કેન્દ્ર જાગૃત કરી; સુખમણા નાડી મારફતે, જાગૃત થયેલી કુંડલીની શક્તિનું, વાયું-રુપાંતર થઈને સુખમણા નાડી મારફતે ઊર્ધ્વગમન થઈને આજ્ઞાચક્ર તરફ આગળ વધે છે. આ સાધનામાં મૂળાધાર કેન્દ્ર, સ્વાધિષ્ઠાન કેન્દ્ર, મણિપુર કેન્દ્ર અને વિશુધ્ધ કેન્દ્રને બાયપાસ કરીને ડાયરેક્ટ અનાહત કેન્દ્રથી આજ્ઞા કેન્દ્ર તરફ કુંડલીની શક્તિ આગળ વધે છે. તેવું આગળ આકૃતિ ધ્વારા નિર્દેશ કરવામાં આવેલ છે અને આ પ્રક્રિયા અનાયાસે સાહજીકતાથી થાય છે. તેના માટે સાધકે કોઈ ખાસ પ્રયત્નો કરવાના નથી રહેતાં.

પરંતુ ઘણા સાધકો ખાસ પ્રયત્નો જેવા કે મૂળ બંધ-જલંધર બંધ-ઉડીયાન બંધ ધ્વારા, હઠયોગ કે બીજા કોઈ પ્રકારની સાધના ધ્વારા કુંડલીની શક્તિને જાગૃત કરીને મૂળાધાર કેન્દ્રમાં નીચેની તરફ દાખલ કરે છે, અને ત્યાંથી મેરુદંડમાં આવેલ કરોડરજ્જુ મારફતે ઊર્ધ્વગમન કરે છે.

કુંડલીની શક્તિનું વાયુમાં રુપાંતર થઈને મુળાધાર કેન્દ્રથી શરુઆત કરીને સ્વાધિષ્ઠાન-મણિપુર-અનાહત, વિશુધ્ધ અને આજ્ઞા કેન્દ્ર અને છેલ્લે સહસ્ત્રદળ કમળ તરફ આગળ વધે છે. આ કરોડરજ્જુના માર્ગે આગળ વધે છે, તે દરમ્યાન ઘણી રિધ્ધિ-સિધ્ધિનો સામનો-સાક્ષાત્કાર સાધકને કરવો પડે છે.

જો સાધક રિધ્ધિ-સિધ્ધિમાં ફસાય-ગુંચવાઈ જાય તો તેનો આત્મ સ્વરુપને પામવાનો યોગ અધુરો રહે છે. અને જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી છુટકારો થતો નથી. ભલે તેમની પાસે ગમે તેટલી સિધ્ધિઓ હોય. કારણ કે તે સિધ્ધિઓ બધી પ્રકૃતિના વિષયોની હોય છે. પણ નિજ આત્મસ્વરુપ પ્રકૃતિથી પર છે. માટે સાધકે સાવધાન બનીને પહેલા સુખમણાના માર્ગે આગળ વધીને પોતાના સ્વરુપનો અનુભવ કરીને ત્યાર બાદ જે વિભૂતિયોગ (સિધ્ધિઓ) સાધવો હોય તો તેના માટે, પાછા વળીને આજ્ઞા કેન્દ-વિશુધ્ધ કેન્દ્ર-અનાહત-મણિપુર-સ્વાધિસ્થાન કેન્દ્ર થઈને મૂળાધાર કેન્દ્ર સુધી પહોચવા કરોડરજ્જુ મારફતે પણ સિધ્ધિઓ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. પણ જોખમ કાયમ રહે છે. આ બાબત સાધકે જાણી લેવી (ધ્યાનમાં લેવું) જરુરી છે.

તુલસી દાસની ચોપાઈ

અલ્પ તો અવધિ જીવ, તામે બોત સોચ બોત
કરને કો બહોત હે, કહાં કહાં કિજીએ
પાર નહી પૂરાનો કા, વેદો કા અંત નાહી
વાણી તો રસીલી બોત, કહાં કહાં કજીએ
કાવ્ય કી કળા અનંત, પાર નહી વિધા પઠન
એસો મહા કળી કાળ, કાહું ગ્રહી લીજીએ
સબ બાતન કી એક બાત, તુલસી બતાએગા
જો જન્મ સુધારા ચાહે, તો સત નામ ગ્રહી લીજીએ.

વાણીનો ટુંકસાર :

મનુષ્ય જીવનનું સરેરાશ-એવરેજ આયુષ્ય ૮૦ થી ૧૦૦ વર્ષ ગણીએ તો ૫૦ ટકા તો પૂરું થઈ ગયું હોય. બાકી રહેલ ૪૫-૫૦ વર્ષમાંથી ૭૫ ટકા ધંધા-પાણી અને ઊંઘમાં પસાર થઈ જાય છે. બાકી આપણા હાથમાં ૧૦ થી ૧૫ વર્ષ વધે. જો આયુષ્ય ૯૦ ટકાનું હોય તો અને એટલા ટૂંકા સમયમાં બીજા ઘણાં બધા કામ કરવાના હોય છે. જેમ કે સામાજીક-ધાર્મિક-રાજકીય-શારીરિક-માનસિક વગેર વગેરે. અને આધ્યાત્મિક તો શું કરવું? અને શું ન કરવું? એવો પ્રશ્ન આવીને ઊભો રહેશે. અને એવી પ્રવૃતિઓ કરવા માટે શાસ્ત્રો-પુરાણો-ધર્મગ્રંથો, તથા સંતોની વાણી વગેરે વગેરે બધામાં સારી સૂચનાઓ આપવામાં આવેલી છે.

તો તેમાંથી પણ નક્કી કેમ કરવું કે શું કરવું? કવિઓ કે સજ્જનોના સાહિત્યો કે સારા વિચારો તથા પ્રકૃતિ વિષેનું જ્ઞાન વિજ્ઞાનનો તો અપરમપાર છે. તો અને એમાંય પાછો મહા કળિકાળ છે કે આપણે કંઇ પણ કરીએ તો બંધનોમાં ફસાય જવાય. તો આવી સ્થિતિ સંજોગો છે, તો શું કરવુ?

તો તુલસીદાસજી કહે છે કે બધી વાતની એક વાત છે કે ‘જો જન્મ સુધારવો હોય, તો સતનામ ગ્રહી લીજીએ.’ એટલે કે આપણી અંદર જે સતનામ રુપે સોહંગ શબ્દ; નાદબ્રહમને જાગૃત કરી નામ સિધ્ધ કરી લેવાથી તેમાં સ્થિત થવાથી જીવન સફળ થઈ જશે.

સાખી : “એક સાધે સબ સધાઈ, બાકી સબ સાધે સબ જાય.”

તુલસીદાસજી સતનામ વિષેનો ખયાલ આપતા એક ચોપાઈ ધ્વારા સમજાવે છે કે...

સોહમસ્મિ ઈતિ વૃતિ અખંડા
દિપ શીખા સોઈ પરમ પ્રચંડા,
આતમ અનુભવ સુખ સુ પ્રકાશા,
તબ ભવ મૂળ ભેદ ભ્રમ નાશા.

વાણીનો ટૂંકસાર :

સૂરતા-શબ્દની સાધના કરીને જેણે સોહમ શબ્દને જાગૃત કરી તેની સૂરતા પોતાની મેળાએ અખંડ-સતત-એકધારી નાદબ્રહ્મ કે'તા સોહમ શબ્દમાં જોડાઈને બ્રહ્માકાર કરી લીધેલ હોય અને નૂરતા વડે ધ્યાન ધરીને અંતર ઘટમાં દિવ્ય જ્યોતિ સ્વરુપના દર્શન કરી લીધા હોય ત્યારે પોતાના આત્માના અનુભવનું સુખ-આનંદ પામીને નિજ આત્મ સ્વરુપમાં સ્થિત થાય છે. ત્યારે ભવોભવની મૂળ ભ્રમણા-ભેદ-ભ્રાંતિ-સંચિત કર્મો-સૂક્ષ્મ અહંકાર, વગેરેનો નાશ થઈ જાય છે. જીવનમુક્ત થઈને રહે છે અને આખરે વિદેહ મુક્તિ પામીને જન્મ-મરણના ફેરાને ટાળીને કેવળ પદને પામે છે.

આ પ્રકરણનો સમાવેશ પ્રથમ આવૃતિમા નહોતો. કેમ કે તેની સાધના માટે જાણકાર સદગુરુની મદદ જરુરી છે. પરંતુ સાધક મિત્રો માટે નાદની સાધના અને કુંડલીની જાગૃતિ માટે પ્રાથમીક જાણકારી જરુરી હોઈ ઉમેરવામાં આવેલ છે. દાસાનુ દાસના જય ભગવાન!

૨૩.૦ સંત શિરોમણી સદગુરુદેવ શ્રી હરિરામ બાપા

૨૩.૧ તેમનો પત્ર

(તા. ૦૧-૧૧-૧૯૯૧)

શ્રી કરુણાનિધાન, અધમ ઓધારણ, ભવસાગર તારણહાર, દયાના સાગર સદગુરુદેવનો જય હો... જય હો... જય હો... ત્રિકાળ નમસ્કાર હો.

ગણીએ નહી મનુષ્ય ગુરુદેવને સદગુરુ સર્વેના સર્જનહાર
પલમાં ચાહે સો કરે, ધન્ય ધન્ય સદગુરુ દાતાર (૧)
ગુરુ ઈશ્વરથી અધિક છે, બ્રહમરુપ ભગવાન
સદગુરુ પદ પરખતા, કટે કોટી અજ્ઞાન (૨)
ગુરુપદ પંકજ પૂજતા, ચૌદ લોક પૂજાય
શિવ વિરંગી શારદા, ગુરુ તણાં જશ ગાય (૩)
ગુરુની ગતિ ગુરુની પાસ, જેવી કસ્તુરીમાં વાસ
જ્યાં નામનો વિશ્વાસ; દિનોનાથ પૂરે તેની આશ (૪)

સ્વસ્થાન શ્રીગામ ધામ ધોરાજી મધ્યે મહાશુભ સ્થાને બિરાજમાન તે તીરથ સતધામ, તે આદિ અનાદિ મહા મૂળ ધર્મ તે મહામૂળ અનામી નામ "સત વચન" તે સત ભક્તિ પદને વરેલા, કેવળ એ પદ મહા અમૃત ભોજનનો આહાર કરવા વાળા તે સત મહાદેવ, ઈશ્વરી કળાના હંસ, અજર અમર નામના સોહાગી.

શ્રી ગુરુ ચરણ વિશ્વાસી તે મહાન ભક્ત શિરોમણી, આ સંસાર ભવસાગરમાં નિપજેલાં સાચા મોતી, સત આત્મ દીલ જ્યોતિ સ્વરુપ, સત સોહંગ પ્રકાશી અમારા પ્રાણમય વહાલા ભાઈ શ્રી દિલસુખભાઈ કરમશીભાઈ ભડાણિયા તથા અ.સૌ.ઉષાબેન, કિરણ, દિશા, પારસ તથા સોહંગ અને આપના કુટુંબ પરિવાર સહિત, તથા સર્વે સત પરિવાર તથા તમારા સાથમાં સર્વે સત્સંગ મંડળના સમસ્ત ભાઈઓ તથા તે સાથ બહેનો, બાઈઓ અમારી દીકરીઓ સાથ સર્વેના બાળ બચ્ચા તે સાથ સર્વેના સગા સંબંધી, હેતુ મિત્રમંડળ સહિત, તે તમારી સાથ સર્વેના ઘરના જીવ શિવ હંસ પ્રાણી માત્રને અનાથોના નાથ શ્રી ગુરુ રુઘનાથ, દેવળ વાળો દેવ, તે શ્રી સદગુરદેવ પોતે, તે તેમની દિવ્ય દૃષ્ટિ, સત દુઆ કૃપા થકી આપ સૌની સત આત્મ બુધ્ધિ પ્રકાશ, સત શુભ સ્મૃતિ ઘણી તે ઘણી અવિચળ રાખેજી.

અને તે તમોને તમારા સ્થૂળ દેહમાં નરવાઈ રાખેજી. અને તે તમારા માલ, થાલ, જીવ જીવાઈ, કામ કમાણી, ઉધમ ધંધા રોજગારમાં તે કુદરત તમોને ઘણો તે ઘણોજ લાભ, બરકત

આપેજી. અને તે હરી શ્રી સદગુરુ દેવના સત પ્રભુ ઈશ્વરના તે સતનામ વચન સ્મરણ ધ્યાનમાં તે કુદરત તમારી સત બુધ્ધિ જ રાખેજી. તે સર્વ ધ્યાનથી તમારી સહાયતા કરી કુદરત તમોને સદાને માટે સુખી જ રાખેજી. તે સાથે સર્વેની સુખાકારી, સત કુશળતા ચાહીએ છીએ. આપ સૌ હંસો, શ્રીકૃષ્ણ રાધાવર સ્વામિની સતધારા, તે સત વચન વડે ખેમ કુશળ હોશોજી. એવી અમો ગુરુ ચરણમાં અરજી ગુજારીએ છીએ.

બોલો શ્રી સદગુરુ દેવનો જય હો... જય હો... જય હો...

એતાન શ્રી ગામ ધામ જામનગરથી લી. સંત ચરણરજ દાસાનુદાસ હરીરામ વીરજી તથા અમારા ઘરેથી મણીબાઈ, તે સાથ ઘર, કુટુંબ, પરિવાર તથા સાથ સર્વે સત પરિવાર, સત ભક્ત મંડળ, તે ત્રિવેણી તિરથ; ગત ગંગોત્રીના જય શ્રીહરિ. શ્રીસદગુરુ પ્રણામ, સત રામ રામ, દુવા આશિષ, યથા ઘટિત તે તમો સાથ સર્વે સત્સંગી ભાઈઓ સાથે મળીને, મહામોજ ખુશી આનંદ ને વખતે વાચશો જી.

જુઓ ભાઈઓ...

સદગુરુ વિના ઘોર અંધારા, ભ્રમણા કોઈની ન ભાંગી
હિન્દુ મુસલમાન સુણો જોગી ભોગી વૈરાગી (૦૧)
સદગુરુ મીલે તબ ઉતારે અજ્ઞાન કેરા પડલા
લાગે શબ્દની ચોટ એના જ ઉઘડયાં તાળા (૦૨)
રાજા પ્રજાને ભેખ સબે અપેન કુ તાણે
કોટી કુટે જ્ઞાન, શબ્દના ભેદ ન જાણે (૦૩)
ભક્તિ ખાંડા ધાર મોજ મરજીવા માણે
સમજે વિરલા સંત ઓર સબ જનમ ગુમાવે (૦૪)
હરિગુરુ સંત કૃપા કરે ટળે સકળ સંદેહ
પરમ પુરુષ પરમાત્મા પુરણ પ્રગટે નેહ (૦૫)
નેહ વિના ન મળે હરી કરીએ કોટી ઉપાય
બીજા સાધન બહુ કરે હૃદય શુધ્ધ નવ થાય (૦૬)
છુટવાનો ઉપાય કરે તેમ તેમ જીવ બંધાય
આપ બળે છૂટે નહી છોડે ત્રિભુવન રાય (૦૭)
પઢે વેદ પુરાણ, પ્રભુ ઘટ પાર ન પાવે
કરે તિરથ વૃત કરોડ, તો ય જીવ ચોરાસીમાં જાવે (૦૮)
જીવ ચોરાસીમા જાવે, ભવસાગરમાં સદાય ભટકે
વર્ણાશ્રમ, વાળામાંય અજ્ઞાન અંધારે અટકે (૦૯)
કહે શિવજી સુણો સતી ગુરુ વિના ગોથા ખાવે

પઢે વેદ પૂરાણ, પ્રભુ ઘટ પાર ન પાવે (૧૦)
સદગુરુ શરણ વિના ભક્તિનો જાણે નહી ભેદ
કરોડ વર્ષ તપસ્યાયું કરે ને મરને વાંચે વેદ (૧૧)
વાંચે મરને વેદ અહંકાર અદકો થાવે
ફોગટ સંશયમાં ફસાય સ્થિર વૃતિ ના થાવે (૧૨)
સદગુરુ શરણ શોધી કરી વચનમાં રાખે વિશ્વાસ
કપટ તજીને સેવા કરે તો સાહેબ મળે આપો આપ (૧૩)

બીજું કે જુઓ ભાઈઓ... તમારી પર્વની કમાઈથી આ સત ભક્તિનો તમોને ભેદ મળ્યો છે. તો ડગલે ને પગલે ગુરુના ગુણ ગાવા અને શ્વાસ ઉચ્છવાસે સ્મરણ કરવું અને હરદમ હરદમ અર્પણ કરવા. તો સહેજે ભવસાગર તરાય. તો ભાઈઓ સદગુરુનો બોધ મળ્યા પછી કોની ગરજ પડે? વચન સમજ્યા પછી તો વચન પાલખી છે, અને નામ સમજ્યા પછી નામ દોરી છે. હવે વચન રુપી પાલખીમાં બેસીને નામની પકડો દોરી તો પછી સંસાર રુપી દરિયો શું નાખવો ડોળી. નામ-વચન અને ગુરુ આ ત્રિવેણીમાં રોજ સ્નાન કરવું. તો તે ઘેર છે ગંગા અને જમના. આ ગુરુનું નામ અમર છે અને વચન અજર છે, બેન્ક બેલેન્સ છે. જે દેખાય છે અને નથી દેખાતું, તે છે, બધો વચનનો વિસ્તાર; પણ નથી સમજાતું અને નથી દેખાતું તેનું એક જ કારણ છે. કે આપણો દેહ ડોળા પાણી જેવો છે. જો મનને વચનમાં બેસાડી દઈએ અને નામ સ્મરણ કરીએ તો ડોળ બેસી જાય અને નીર ચોખ્ખા થાય, તો આપો આપ દેખાય અને આપો આપ સમજાય. તો તમો આપો આપ પરમાર્થ કરી સકો છો.

આ સદગુરુના નામ, વચનની અખંડ ધારા છે. પીઓ અને પાવ, આવા પરમાર્થના પ્યાસી થાવ. તો જેને તમે માનો છો તે આંધળો નથી, અને બહેરો પણ નથી, અને ભેગો જ છે.

ગુરુ મિલા તો સબ મિલા, નહી તો મિલા નહી કોય
એક સાધે સબ સધાય, બાકી સબ સાધે સબ જાય.

ગુરુને મનાવો, રીઝવો તો બધુ રીઝેલુ જ પડયુ છે. ગુરુના ચરણ જ્યાં હોય ત્યાં સારું જ હોય, સ્વર્ગ જ હોય, નરક ન હોય. આઠે પહોર આનંદ, અખંડ લીલા લહેર, નિતના મેળા, નિત શિરાત્રિયુ આવા આનંદના ઓઘ અને પ્રેમના પૂર બે કાંઠા ભીડીને જાય છે. અને જીવ મન મટૂકીને લઈને અવની મોજાર ફરવા આવ્યો. આ મન મટૂકી ભરવા માટે સરોવર રુપી સંત મળ્યાં તો મટૂકી ભરાણી. પણ મટૂકી ભરીને ભાગજો મા. જે ભાગ્યાં તેના સરોવર ખૂટી

ગયા. અને મટૂકી ફૂટી ગઈ. પણ જ્યાંથી ભરી ત્યાં જ તેણે મુકી દીધી તો સરોવર ખૂટયું નહી અને મટૂકી ફૂટી નહીં.

બારદાન શિખે સોદો થઈ ગયો. આ ગુર ચરણે અર્પણ થયાનું પ્રમાણ છે. પછી તો જેવું જાણે તેવું માણે. જેવા અર્પણ એવા પ્રગટ છે. માટે ખરી વૃતિથી રમો-જમો તો આ ખાધે ખૂટતું નથી. આ અખંડ ખજાનો છે. ગુરુ સામે કમાઈ તો એવી કરવી કે કાંઈ માંગાઈ નહી પણ ગુરુ શરણમાં સમાયને રહેવાય. નમ-વચનને જાણો અને પોતાના આત્માને અને સદગુરુને જાણો તો આ ચાર જુગની ચોપાઈ પૂરી થાય.

ચાર જુગની વાત આ ચોપાઈમાં સમાયેલી છે. આ જતી-સતીનો પાઠ આશરા ધર્મનો મળ્યો છે. તો આશરા ધર્મમાં રહીને પોતે પોતાના આત્માનું ભાન કરવું છે. તે પરમ ધર્મની વાત છે. તે દરેક મનુષ્યનો સ્વધર્મ છે. તો વચન છે તે સુખની પાલખી છે, તેની સાથે પકડો આ નામની દોરી, તો મટે આ કાયમની હોળી. આવો ખમૈયાનો ખલકો પેરી જેણે રાખી નામ વચનની ટેક પેરી લીધા બ્રહ્મ ભેખ. રંગ રણુકારથી રંગેલ તે તો આપોઆપ અલેખ. તો અકળ કળાના અવતારી આપોઆપ પ્રગટ થાય. જેણે આ જગત બનાવ્યું. તે માના પેટમાં ક્યારેય આવતા નથી, તે ભગવાનનો જ આપણે પરિવાર છીએ. તો આ મૂળ માવતરને અને મૂળ ઘરને ભૂલવું નહી, તે આપણો મૂળ દેશ છે. આ તો વિદેશમાંથી આ દેશમાં રમવા આવ્યા છીએ. હવે પાછુ તે દેશમાં જવું હોય તો સદગુરુના ઉપદેશ વિના આ મૂળ દેશ આવતો નથી.

તો આ કોઈ પંથની કે સંપ્રદાયની વાત નથી. આ તો જેમ છે તેમ સમજવું છે. અને ખોટી સમજ હોય તે છોડો. ભાઈઓ આ તો ગમ-દમના લાડવા છે. ગણપતિનું ગુંજુ કરીને ખમૈયાના ખલકા નાખવા, ડગલે ને પગલે ગુરુના ગુણ ગાવા અને ભૂખ લાગે ત્યારે ખાવા. હાલ એ જ...

બોલો સદગુરુ દેવનો જય હો... જય હો... જય હો...

જય જય કાર હો, ત્રિકાળ નમસ્કાર હો...

નોંધ : આ નામ-વચનને ખોલીને જોશો તો સદગુરુના સ્વરુપનું રુપ, ગુરુએ બતાવેલ વિજ્ઞાન પ્રમાણે અભ્યાસ કરવાથી ઓળખાશે. જે પદ આપણે સમજ્યાં છીએ અને સમજાવીએ છીએ તે પદમાં સ્થિરતા રાખવી એવી અમો ગુરુ ચરણમાં રહી દુવા આશિષ પાઠવીએ છીએ.

એ જ...

લી. સંત ચરણરજ દાસાનુંદાસ હરીરામ વીરજી જોષી.

તથા ઘર પરિવાર તથા સત પરિવારના

જય સદગુરુ સાહેબ, સત રામ રામ – ગુરુ પ્રણામ

દુવા આશિષ આપ સૌ

યથા ઘટિત વાંચશોજી.

ઉપરોક્ત પત્રમાં બાપાશ્રીએ જે ગુરુ મહીમાં અને મનુષ્ય જીવનનો હેતુ અને રેણી રીત કેવાં પાળવાં તે સાધક માટે પત્ર ધ્વારા સતસંગ લખીને મોકલેલ તે હરકોઈને ઉપયોગી થાય તેમ છે અને પ્રેરણાદાયક છે તેમ સમજીને તે પત્રની કોપી કરીને અહીં સાદર પ્રસ્તુત કરેલ છે.

૨૩.૨ સદગુરુદેવ શ્રી હરીરામબાપાનો સત્સંગ (જામનગરની વસઈવાડી)

સત્સંગની શરુઆત કરતા બાપાશ્રીએ કહ્યું કે...

૧. **"<u>સત્ય બ્રહ્મ છે.</u>"**

તે વિષે ટૂંકી સમજ આપતાં કહ્યું છે કે સત્ય એટલે આપણો આત્મા.

૨. **"<u>બ્રહ્મનું અને આપણું સ્વરુપ એક જ છે.</u>"**

એટલે કે આપણો આત્મા બ્રહ્મનું સ્વરુપ છે.

૩. **"<u>બુધ્ધિની આસ્તિકતા વધારવી.</u>"**

એટલે આત્મ નિષ્ઠા, બુધ્ધિમાં દૃઢ કરવી.

૪. **"<u>આસ્તિક બુધ્ધિ માટે કર્તવ્ય નિષ્ઠા જોઈએ.</u>"**

ક્યા કર્તવ્યની નિષ્ઠા?

કર્તવ્ય એટલે ક્યું કર્તવ્ય? (કે જેમાં નિષ્ઠા રાખે?)

તો વચનમાં આત્મા પરમાત્માની નિષ્ઠા બાંધીને ધ્યાન કરવું અને જે નામ આપ્યુ છે તેનું એક ચિતે સ્મરણ કરવું. આ કર્તવ્ય નિષ્ઠાથી બુધ્ધિમાં આસ્તિક્તા વધે છે. (પ્રજ્ઞાવાન થાય છે) {ત્રિવિધ પ્રમાણે ધ્યાન કરવું એ જ કર્તવ્ય છે અને તે જ કર્તવ્ય નિષ્ઠા પૂર્વક કરવું.}

ઉપરોક્ત ચારેય નીચે લીટી કરેલાં વાક્યો બાપાશ્રીએ લખાવેલ છે. અને તેની બાજુમાં લખાયેલ શબ્દો પણ ઉપરોક્ત ચારેય વાક્યો વિષેની ટૂંકી સમજ પણ બાપાશ્રીએ લખાવેલ હતી.

આ વાત વિશેષ રુપે સમજમાં આવે તે માટે છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં, નારદજી અને સનત કુમારો વચ્ચે, બ્રહ્મવિધાનો ઉપદેશ સંવાદ રુપે છે. તેનો આધાર લઈને નીચે મુજબનો સત્સંગ કરાવેલ હતો.

નારદજી અને સનકાદીકના દૃષ્ટાંતની શરુઆત કરતાં પૂજ્ય બાપાશ્રીએ ઉચાર્યું કે નારદજી, સનકાદીક પાસે આવ્યા, અને અરજ કરી કે મને શાન્તિનો બોધ આપો, એટલે સનકાદીકે તેમને પૂછ્યું કે, 'તમે શું શું જાણો છો?'

નારદજીએ પ્રત્યુતર આપ્યો કે, 'ચાર વેદ, ઉપનિષદો, પૂરાણ, તર્કશાસ્ત્ર, વ્યાકરણ અને બીજા ઘણા શાસ્ત્રોનો મેં અભ્યાસ કર્યો છે. આ બધું જાણવા છતાં, હું આત્મવેતા નથી. અને મને શાન્તિ નથી, આનંદ આવતો નથી.'

એટલે સનકાદીકે કહ્યું કે, 'તમે આ બધા શાસ્ત્રો જે કહ્યા, તે તમે વાંચ્યા છે પણ તમે તેને જાણતા નથી. તમે ફક્ત તેના નામ (શબ્દાર્થ) જાણો છો. માટે નામ બ્રહ્મ છે.'

નામ : **"નામ બ્રહ્મ છે"** એમ સમજી અને નામની ઉપાસના કરો. અહીં નામ એટલે શાસ્ત્રોમા શીર્ષક કહ્યા છે તે શીર્ષક નામની ઉપાસના સમજવી. *જે સદ્‌ગુરૂ "**નામ**" આપે છે તે ન સમજવું. આવી બાપાશ્રીએ ચોખવટ કરેલી.*

નામ બ્રહ્મ છે તેની ઉપાસના કરી નારદજી સનતકુમાર પાસે આવ્યાં અને પૂછ્યું કે, 'હવે નામની ઉપર કાંઇ છે? જો હોય તો કૃપા કરી મને કહો.'

સનતકુમારે જવાબ આપ્યો કે, '... હા, વાણી...'

'"**વાણી નામની ઉપર છે.**" કારણ કે વાણી વગર નામ ન બોલાય. માટે તમે હવે **વાણી બ્રહ્મ છે.** એમ સમજીને વાણીની ઉપાસના કરો.' ફરી ઉપાસના કરી નારદજી આવ્યા અને કહ્યું કે, 'વાણીથી ઉપર કાંઈ છે?'

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, જ્ઞાન...'

'વાણીથી ઉપર જ્ઞાન છે. કારણ કે જ્ઞાન વગર વાણી સ્ફૂરે નહી, માટે તમો **જ્ઞાન બ્રહ્મ છે.** તેની ઉપાસના કરો.' તો તે પ્રમાણે ઉપાસના કરી નારદજી ફરી પાછા આવ્યા અને પૂછ્યું કે, **'જ્ઞાનથી ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, મન...'

'જ્ઞાનથી ઉપર મન છે. કારણ કે પ્રથમ જ્ઞાન મનમાં થાય છે. **મન બ્રહ્મ છે.** તેની ઉપાસના કરો.' તે પ્રમાણે ઉપાસના કરીને નારદજી ફરી પાછા આવ્યા અને પૂછ્યું કે, **'મનથી ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, સંકલ્પ...'

'મનથી ઉપર સંકલ્પ છે. કારણ કે સંકલ્પથી જ મન ક્રિયાશીલ થાય છે અને કાર્ય કરે છે. માટે **'સંકલ્પ બ્રહ્મ છે.'** તેની ઉપાસના કરો.' ... ફરી કહ્યું, **'સંકલ્પથી ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, બુધ્ધિ...'

'સંકલ્પ ઉપર બુધ્ધિ છે. કારણ કે બુધ્ધિના નિશ્ચયથી જ સંકલ્પ થાય છે. માટે **'બુધ્ધિ બ્રહ્મ છે.'** તેની ઉપાસના કરો.' નારદજી ઉપાસના કરીને પાછા આવ્યા અને કહ્યું કે,

'બુધ્ધિથી ઉપર કાંઈ છે?'

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, ચિત...'

'બુધ્ધિથી ઉપર ચિત છે.' કારણ કે નિશ્ચયોના અંકુર ચિતમાંથી સ્ફૂરે છે. માટે **'ચિત બ્રહ્મ છે.'** તેની ઉપાસના કરો.' તેમ ઉપાસના કરી ... ફરી કહ્યું કે, **'ચિતથી ઉપર હવે કાંઇ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, ધ્યાન...'

'ચિતથી ઉપર ધ્યાન છે. કારણ કે ધ્યાનથી ચિતની સ્થિરતા થાય છે. માટે **'ધ્યાન બ્રહ્મ છે.'** તેની ઉપાસના કરો.' તે ઉપાસના કરી ... ફરી નારદજીએ પૂછ્યું કે, **'હવે ધ્યાનની ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું, હા, બળ...'

'ધ્યાનથી ઉપર બળ છે. કારણ કે નિર્બળથી ધ્યાન થતું નથી માટે **શરીરમાં બળ જોઈએ.** તેથી બળની ઉપાસના કરો.' તે પ્રમાણે કરીને ... ફરી નારદજીએ પૂછ્યું કે **'બળથી ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, અન્ન...'

'બળથી ઉપર અન્ન છે. કારણ કે અન્ન વગર બળ આવતું નથી. માટે **'અન્ન બ્રહ્મ છે.'** તેની ઉપાસના કરો.' તેમ કરી ... ફરી પૂછ્યું કે, **'અન્નથી ઉપર કાંઇ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, જળ...'

'અન્નથી ઉપર જળ છે. કારણ કે જળ (પાણી) વગર અન્ન નિપજતું નથી. માટે **જળ બ્રહ્મ છે.** તેની ઉપાસના કરો.' તો તેની પણ ઉપાસના કરી અને પૂછ્યું કે, **'જળથી ઉપર કાંઇ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, તેજ...'

'જળથી ઉપર તેજ છે. કારણ કે તેજથી જ પાણી અને પૃથ્વીનું અસ્તિત્વ છે. માટે **તેજ બ્રહ્મ છે.** તેની ઉપાસના કરો.' તે ઉપાસના કરીને ... ફરી પૂછ્યું કે, **'તેજથી ઉપર કાંઇ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, પ્રાણ...'

'તેજથી ઉપર પ્રાણ છે. કારણ કે પ્રાણવાયુ તેજનો આધાર છે. માટે **પ્રાણ બ્રહ્મ છે.** તેની ઉપાસના કરો.' તે ઉપાસના કરી ... ફરી નારદજીએ પૂછ્યું કે, **'પ્રાણથી ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, આકાશ...'

'પ્રાણથી ઉપર આકાશ છે. કારણ કે વાયુ ઉપર આકાશમાં જ ઘુમી રહ્યો છે. માટે **આકાશ બ્રહ્મ છે.** તેની ઉપાસના કરો.' તે પ્રમાણે ઉપાસના કરી ... ફરી **નારદજીએ** પૂછ્યું કે, **'આકાશથી ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, સમરણ...'

'આકાશથી ઉપર સમરણ છે. કારણ કે આકાશમાં તો બધુ છે પણ તેનું સમરણ કરીએ તો સનમુખ આવે એટલે સમરણ આકાશથી ઉપર છે. માટે **સમરણ બ્રહ્મ છે.** તેની ઉપાસના કરો.' તે પ્રમાણે કરીને ... ફરી **નારદજીએ** પૂછ્યું કે,

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, આશા...'

'સ્મરણથી ઉપર આશા છે. કારણ કે આશા વગર સ્મરણ **ન** થઈ સકે. માટે આશા સ્મરણથી ઉપર છે. માટે આશા બ્રહ્મ છે. તેની ઉપાસના કરો.' તે પ્રમાણે ઉપાસના કરીને, સિધ્ધ કરીને ... પછી પૂછ્યું કે, **'હવે આશાથી ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, શ્રધ્ધા...'

'આશાથી ઉપર શ્રધ્ધા છે. કારણ કે જો શ્રધ્ધા **ન** હોય તો આશા નિરાશામાં પલટાઈ જાય છે. માટે **શ્રધ્ધા જોઈએ.** તો શ્રધ્ધાની ઉપાસના કરો.' તે પ્રમાણે કરીને ... ફરી નારદજીએ કહ્યું કે, **'શ્રધ્ધાથી ઉપર કાંઈ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, સ્વરુપ...'

'શ્રધ્ધાથી ઉપર સ્વરુપ છે. કારણ કે શ્રધ્ધા ઘણાં પ્રકારની હોય તેમાં કોની શ્રેષ્ઠ શ્રધ્ધા ગણવી? નિજ સ્વરુપ હોય તો જ શ્રધ્ધા કરી સકાય. તેના આધારે છે. માટે નિજ સ્વરુપ શ્રધ્ધાથી ઉપર ગણવું. માટે **"નિજ સ્વરુપ બ્રહ્મ" છે.** તેની ઉપાસના કરો.' તે પ્રમાણે ઉપાસના કરી ... ફરી **નારદજીએ** પૂછ્યું કે, **'હવે નિજ સ્વરુપ ઉપર કાંઇ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, નિષ્ઠા...'

'નિજ સ્વરુપથી ઉપર નિષ્ઠા છે. કારણ કે નિજ સ્વરુપમાં શ્રધ્ધા હોય પણ જો નિષ્ઠા **ન** હોય તો નિજ સ્વરુપની શ્રધ્ધા ટકતી **નથી.** માટે **નિષ્ઠા અધિકતર બ્રહ્મ છે.** તેની ઉપાસના કરો.' **નારદજીએ** એ ઉપાસના કરી ... અને ફરી પૂછ્યું કે, **'નિષ્ઠાથી ઉપર કાંઇ છે?'**

સનતકુમારે કહ્યું... 'હા, બ્રહ્મ...'

"'નિષ્ઠાથી ઉપર બ્રહ્મ છે.' કારણ કે બ્રહ્મ સત્ય છે. અને સત્યને આધારે નિષ્ઠા ટકી સકે. અને ઈ બ્રહ્મ જો બોલતું-ચાલતું મનુષ્ય દેહ ધરાવતું સગુણરુપ સદગુરુ રુપે મળે તો ઈ સગુણ બ્રહ્મની પૂજા એ વ્યક્તિ પૂજા **નથી** પણ **બ્રહ્મની એ ઉપર પરિબ્રહ્મની પૂજા છે.** એમ

સમજવું જોઈએ. જો એમ સમજીને પૂજા કરવામાં આવે તો સનકાદિકે નારદજીને સૂચવેલી બધી ઉપાસના સગુણ બ્રહ્મની ઉપાસનામાં આવી જાય છે અને નારદજીના મૂળ પ્રશ્નનું સમાધાન થઈ જાય છે. અને તે પ્રમાણે ઉપાસના કરતાં હૃદયમાં શાંતિ અને આનંદના ઓધ વહેવા લાગ્યા. ત્યારે નારદજીને સદગુરુનો મહિમા અને સદગુરુના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની જરુરિયાતનો ખરો ખયાલ આવ્યો. અને સ્વીકાર્યું કે બ્રહ્મનિષ્ઠ, બ્રહ્મજ્ઞાની અને બ્રહ્મવેતા જો સદગુરુ રુપ મળે તો જ તેના બોધ વડે જીવનું કલ્યાણ થાય છે. એટલે કે જીવનું બ્રહ્મદશામાં પરિવર્તન આવે છે ને અંતે નિર્વાણપદને પામે છે.

બસ એ જ સર્વ દાતા સદગુરુનો જય હો... જય હો... જય હો. ત્રિકાળ નમસ્કાર હો. બોલીને સત્સંગને બાપાએ વિરામ આપ્યો હતો.

અને એ જ દિવસે તા ૨૨-૦૧-૧૯૯૫ ના રોજ જામનગર, ધુનડા વગેરે કર્મભૂમિ છોડીને મુંબઈ જવા પ્લેન ધ્વારા રવાના થયેલા ત્યાં પણ ગેસ્ટ હાઉસમાં ત્રણ દિવસ રોકાયેલા. અને તા ૨૬-૦૧-૧૯૯૫ ના રોજ શાન્તિથી બધાની રજા લઈને હોસ્પીટલમાં દાખલ થઈને દેહત્યાગ કરીને નિર્વાણ પામ્યા. એ પૂજ્ય સદગુરુ બાપાશ્રીનો જય હો... જય હો... જય હો... જય જયકાર હો.

દાસાનું દાસના સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ, જય ભગવાન.

૨૩.૩ સત્સંગીઓને પત્ર

ભક્તો સત્સંગની શુરુઆતમાં સદગુરુદેવને ભગવાનના સ્થાને સ્મરણ કરે છે. તેમને વંદન કરે છે. પ્રાર્થના કરે છે : –

૨૩.૩.૧ વંદન અને પ્રાર્થના

ગુરુ પદ વંદી ઓચરું હું છું બાળક અબુજ અજાણ
મારા અપરાધ સામું મ જોશો દયાનિધિ, બોલ્યું-અબોલ્યું કરાને પ્રમાણ
ગુરુના નાવે હું ચડી તો સહજમાં આવ્યાં સાગર પાર.
આ હોડીને હેલા કંઈ ન નડયાં સાવધ સદગુરુ હાંકણ હાર
વેપાર કીધો હરિ નામનો અને ગુરુ રુપી કીધા દલાલ.
માલ ઓરાવ્યો અમને સુગમને સાંધા કરી પલમાં કીધા ન્યાલ.
ગુરુ મહીમાનો પાર હું કેમ લહું, થાક્યા સરસ્વતી ને વેદ
શિવ સનકાદિ પણ ના લહે, એવો ભારે ગુરુ ગુણનો ભેદ.
ગોવિંદથી ગુરુ છે અદકેરા સદગુરુ દયા નિધાન.

તન, મન, ધન અર્પી સેવા કર, નામે નરસી કરે પ્રણામ.

સાથે-સાથે સર્વ પરીવાર જનો તથા જીવોના મંગળની પણ પ્રાર્થના કરે છે. તેમજ સર્વના ધંધા રોજગાર સુખાકારી માટે અરજ ગુજારે છે.

જ્યારે સાધક સતનો સંગ કરે છે તો પ્રાર્થના અને મંગળ ભાવના વિના સૂરતામાં પ્રવેશાતું નથી. એનું આ સૂચક છે. અને ઉત્સવના વાતાવરણને પેદા કર્યા વિના નૂરતામાં આગળ વધી સકાતું નથી. એનો પણ નિર્દેશ એનામાં મળી જાય છે. એટલે ઉત્સવનું વાતાવરણ પેદા કરવામાં આવે છે. હવે સત્સંગ જામે છે. ત્યારે સતના સંગથી આપ-લે આગળ વધે છે. સદગુરુ તો જ્ઞાનની ધારા છે. સદાય વહેતી રહે છે. તેને ઝીલવા આપણે નદીનો પટ બનવું પડે છે. જ્યારે સૂરતા અને નૂરતા સધાય તો પ્રવાહ ઝીલવાની ક્ષમતા આવે છે. બાપાશ્રી હવે સત્સંગની શરુઆત કરે છે.

જુઓ ભાઈઓ, મનુષ્ય જીવન દરમ્યાન કરવામાં આવતા કાર્યોની સફળતામાં વાણી ખૂબ જ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. એ મુદાને ધ્યાનમાં રાખીને સ્વામી વિવેકાનંદ તથા સમકાલિન સંતો વિષે પરિચય આપી જણાવેલ કે બને મહાપુરુષો જગતને ધર્મના ધતિંગોમાંથી છોડાવવા માટે સનાતન ધર્મનો ઉપદેશ આપતા હતા અને મહાપુરુષોની ઈચ્છા સનાતન ધર્મનો ફેલાવો કરી સત વસ્તુ સમજાવીને જગતમાં શાંતિ સ્થાપવાની હતી.

પરંતુ બનેના કાર્યમાં રહેલી સફળતાના તફાવતનું રહસ્ય સમજાવતા જણાવેલ કે શ્રીસ્વામી વિવેકાનંદ હંમેશા કોઈપણ બીજા ધર્મની ટીકા ને નિંદા કર્યા સિવાય સત્ય વસ્તુને ધ્યાનમાં રાખીને નમ્રતા અને શાંતિથી ધર્મ ઉપદેશ કરતા અને કોઈ પ્રશ્ન કરતા તો તેમને પ્રેમથી સમજાવીને તેના પ્રશ્નનું સમાધાન કરાવતા. જેથી કરીને તેમણે ગુરુધર્મ બજાવીને તેમના ગુરુ શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસનો બોધ પોતે વિશ્વ સમક્ષ મુક્યો અને આખા જગતમાં હિન્દુ ધર્મને પ્રભુત્વ અપાવ્યું. સાથે તેમણે જગતમાં ખૂબ જ ચાહના મેળવી. જ્યારે સમકાલીન મહાપુરુષો હતા તેઓ પણ એ જ વસ્તુ સમજાવવા માગતા હતા.

પરંતુ તેમની વાણીમાં કઠોરતા હતી. જેથી કરીને પ્રમાણમાં તેઓશ્રાને કાર્યમા, સ્વામી વિવેકાનંદ જેવી સફળતા જોવા મળતી નથી. આમ મહાપુરુષોના જીવન પ્રસંગોમાંથી સાર રુપે સમજાવતા પૂ. બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે અન્ય ધર્મની વાતચીતમાં પણ હમેશા નમ્રતા, વિવેક, ભાવ-પ્રેમ ખૂબ જ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

આમ જેટલા પ્રમાણમાં જીવનમાં ભાવ-પ્રેમ તથા ગુરુધર્મની સમજણ હશે. તેટલા પ્રમાણમાં જીવન દરમ્યાન કરેલા કાર્યોની સફળતા સહેજે મળશે. આમ વહેવારીક જીવનને સફળ બનાવવાની યુક્તિઓ સમજાવતા સમજાવતા સાહજીકતાથી વહેવારીક વાતોનું વિષયાંતર કરી આધ્યાત્મિક વાતો તરફ વણાંક લેતા આત્મા-પરમાત્મા વિષે તથા મનુષ્ય જીવનનું મૂળ

લક્ષ્ય શું હોવું જોઈએ? પોતે કોણ છે? શા માટે આવવાનું થયું છે? શું કરવું જોઈએ? દેહ છોડી ક્યાં જશું? વગેરે બાબતો પર આશરે એકાદ કલાક સત્સંગ આપેલ કે જેના મુખ્ય મુદદાઓ નીચે મુજબ છે.

મનુષ્યના દેહ વિષેના સત્સંગની શરુઆત કરતા જણાવેલ કે "પીન્ડે સો બ્રહ્માન્ડે." આખા જગતમાં જે કાંઇ બની રહયું છે તેવું જ આબેહુબ આપણા શરીરમાં સુક્ષ્મરુપે ઘટનાઓ બનતી જ હોય છે. આ શરીર જગતનું નિરિક્ષણ કરવા માટેનો અરીસો છે. દેવોને પણ દુર્લભ એવો આ મનુષ્ય દેહ પૂર્વની કમાણીથી મળેલો છે. પ્રભુ પ્રાપ્તિ માટે મનુષ્ય દેહ ઉતમ સાધન છે. દેહ એ આપણું મૂળ સ્વરુપ નથી. દેહ જડ પદાર્થ છે. તેમાં રહેલ બધી ઈન્દ્રિયો, મન, બુધ્ધિ વગેરે જડ પદાર્થ છે.

શરીરની અંદરની બધી ક્રિયાઓ ચેતન (આત્મા) થકી થાય છે. એ આત્મા આપણું મૂળ સ્વરુપ છે. આત્મા સ્વયં જ્ઞાની છે, સ્વપ્રકાશીત છે, અજર છે, અમર છે. આ બુધ્ધિનું જ્ઞાન પણ આત્મા થકી જ છે. દરેક ઇન્દ્રિયોને પોતાના વિષયનું જ્ઞાન પણ આત્મા થકી જ છે. બધી ક્રિયાઓ આત્મા થકી જ થઈ રહી છે. છતાં આત્મા અકર્તા છે. માટે તેને કોઈ બંધન નથી. તે સદા મુક્ત છે. આત્માનું અકર્તાપણુ સમજવા માટે સૂર્યનો દાખલો આપી સમજાવેલ કે જેમ સૂર્ય ઉગતાની સાથે આખું જગત ક્રિયાશીલ બની જાય છે. અને સૂર્યના તેજથી જ જગતનો કારોબાર ચાલી રહયો છે. તેમ છતાં સૂર્યને જગતના વહેવારથી કોઈ પણ જાતની નિસ્બત નથી. જગતના સુખ દુખ કે બંધનથી સૂર્યને કાંઇ લેવા દેવા નથી.

તેવી જ રીતે આપણાં ઘટમાં આત્માના તેજથી બધી ક્રિયાઓ થાય છે. પરંતુ આત્મા તો માત્ર દૃષ્ટા બની સાક્ષીભાવે વર્તે છે. દેહના સુખ દુખ કે બંધનથી તે પર છે. અને સદા આનંદ સ્વરુપે અમર છે. જેમ સૂર્યના તેજથી સમુદ્રના પાણીની વરાળ બની વરાળના વાદળો થાય છે અને તે વાદળો થકી સૂર્ય દેખાતો બંધ થાય છે. તેવી જ રીતે આત્માની શક્તિથી બધી ઇન્દ્રિયો અને મન, બુધ્ધિ વગેરે ક્રિયાશીલ થવાથી મનની વૃતિઓ રુપી મળ પેદા થાય છે. મલિન બુધ્ધિની ક્રિયાથી વિક્ષેપ તથા પોતાના મૂળ સ્વરુપ વિષેની અજ્ઞાનતાનું આવરણ ઉત્પન્ન થાય છે.

આમ મળ, વિક્ષેપ અને આવરણરુપી વાદળોથી આત્મા ઢંકાય જાય છે. જેથી પોતે શિવ સ્વરુપે હોવા છતાં મૂળ સ્વરુપને ભૂલી જઈ જીવ સ્વરુપે બની જાય છે. અને સુખ, દુખ, ભય, અશાંતિ, બંધન વગેરે અનુભવે છે. અન એ જ ભગવાનની માયા છે. અને આ માયા થકી અજ્ઞાનતાને લીધે આ દેહ એ જ હું છું અને આ મારું છે એવું ખોટું પકડાય ગયું છે. અને એ જ દૃષ્ટિકોણ રાખીને જગત સાથે વર્તી રહયાં છીએ. તેથી જીવનમાં મન, વચન, અને કર્મથી બધું ખોટું કરી રહયાં છીએ અને પરિણામરુપે ખૂબ જ દુખી અને અશાંતિ અનુભવીએ છીએ. અને ભય તથા બંધનથી ઘેરાયેલા છીએ.

પૂજ્ય બાપાશ્રીએ ઉપરોક્ત હકિકતને સમજાવવા માટે સ્વપ્નનું દૃષ્ટાંત ટાંકતા કહેલું કે જેમ સ્વપ્ન અવસ્થામાં, આપણે બધું ખોટું હોવા છતાં, બધું જાણે ખરું જ છે તેમ માનીને વર્તીએ છીએ અને સુખ, દુખનો અનુભવ કરીએ છીએ. પરતુ જ્યારે સ્વપ્ન અવસ્થામાંથી જાગીએ છીએ ત્યારે એમ સમજાય છે કે બધું ખોટું હતું. તેવી જ રીતે અજ્ઞાન અવસ્થા વાળું આ જાગૃતનું જીવન પણ મોટું સ્વપ્ન જ છે. આ અવસ્થા દરમ્યાન જે કાંઇ કરીએ છીએ તેના પરિણામ રુપે દુખ, ભય તથા અશાંતિ ઉત્પન્ન થાય છે. અને બંધનમાં પડી જાયીએ છીએ.

તે બધામાંથી મુક્ત થવા માટે અને સાચું શું છે? તે સમજવા માટે અજ્ઞાનતાની ઊંઘમાથી જાગૃત થવું પડે છે. ત્યારે જ્ઞાને કરીને બધી જ અજ્ઞાનતા આપોઆપ ચાલી જાય છે. જેમ સૂર્ય પ્રકાશ આવતા અંધકાર આપોઆપ જતું રહે છે, તેવી જ રીતે જ્ઞાન થતાં બધું અજ્ઞાન દૂર થાય છે. પોતાના મૂળ આત્મસ્વરુપનું ભાન થાય છે. તેથી કરીને પોતે નિર્ભય બને છે. જીવનમાં આનંદ વર્તાય છે. દુખોનો નાશ થાય છે. બંધનમાંથી મુક્ત બને છે અને શાંતિપદમાં આવે છે અને સત્યને પામી અમર થાય છે.

તો આવું કાયમનું સુખ આપનારું પરમપદ પામવા માટે દરેક સંતો, મહાપુરુષો, જ્ઞાનીઓ અને સતશાસ્ત્રોએ ગુરુકૃપા એ એક જ રસ્તો છે એમ વર્ણવેલું છે. ગુરુકૃપામાં જ મોક્ષ સમાયેલ છે. માટે જેને જેને અનુભવ થયો તેવા જ્ઞાનીઓએ ગુરુ મહિમા ખૂબ વર્ણવ્યો છે. જેમ કે...

૨૩.૩.૨ ગુરુ મહિમા

ગુરુ ગોવિંદ દોનો ખડે, કીસ કો લાગું પાય,
બલિહારી ગુરુદેવ કી, જીસને ગોવિંદ દિયો બતાય.

ગુરુ બ્રહ્મા, ગુરુ વિષ્ણુ, ગુરુ દેવો મહેશ્વરા,
ગુરુ સાક્ષાત પરિબ્રહ્મ, તસ્મૈય શ્રી ગુરુદેવો નમઃ.

ધ્યાન મુલં ગુરુ મૂર્તિ પ્રજા મુલં ગુરુ પદે,
મંત્ર મુલં ગુરુ વાક્યં મોક્ષ મુલં ગુરુ કૃપા.

ગુરુ પદ પંકજ પૂજાતા, ચૌદ લોક પૂજાય,
શિવ વિરંતી શારદા, ગુરુ તણાં જશ ગાય.

ગુરુ મહિમા વિષે આગળ બોલતા પૂ. બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે ગુરુ એ પરિબ્રહ્મ પરમાત્મા છે. તે કાયમ છે, તે અમર છે. મરે તે ગુરુ નહી. માટે સદગુરુના દેહને ગુરુ સમજતા નહી. તેના દેહમાં જે પ્રગટરુપે બોલી રહયો છે તે જ ગુરુ છે. તે જ આત્મા કે પરમાત્મા છે, વ્યાપક છે. આમ ગુરુના રુપના સ્વરુપને સમજાવતા જણાવેલ કે આખા જગતમાં અણુએ અણુમાં ગુરુની સતા વ્યાપેલી છે. અને ઘટોઘટમાં આત્મા રુપે રહેલ છે. તથા સંતો સદગુરુમાં પ્રગટ રુપે બોલી રહેલ છે. શ્રીભાણબાપાએ કહયું છે કે...

ભાણ કહે તું ભટકીશમાં, મથી જોને માય,
તે સમજીને સૂઈ રહે, તો કરવું નથી બીજું કાંઈ.
આ બોલે ઈ બીજો નથી, છે પરમેશ્વર પોતે,
અજ્ઞાની છે આંધળો, તે અળગો રહીને ગોતે.
સાચું નામ છે સાહેબનું જુઠું નથી જરાય,
ભાણ કહે જો ભજીલે તો ભારે કામ થાય.

પૂ.બાપાશ્રી કહે છે કે...

આ ખોવાણું છે ઘરમાં, બહાર જઈ ગોતે તો કેમ કરીને મળે?

તો કોઈ એક સંતે એમ પણ કહેલું છે કે...

આ હજારો નામ શ્રી હરિના, બધા નામની સહી,
પણ જે નામથી નામી મળે તે નામની ખબર કોકને થઈ.

ઉપરોક્ત બધી સાખીઓ મારફતે કહેવાનું તો એ જ થાય છે કે પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્માને પામવા માટે કાયમ બહાર ગોતવાથી મળે તેમ નથી. પરંતુ શરીરમાં અંતરઘટમાં સમાયેલ છે અને તેને પામવા માટે સાચું નામ જરુરી છે. અને તે સત્ય નામ કોઈ અનુભવી સંત પાસે જ હોય છે. તો આવા કોઈ પૂર્ણ સંત સદગુરુની કૃપા જ્યારે થાય છે, ત્યારે સતનામનો બોધ આપે છે.

અને તે અમર નામ વડે કેવી રીતે ધ્યાન કરવું તેનું વિજ્ઞાન પણ તેઓ સમજાવે છે. સંતે બતાવેલ રીત પ્રમાણે **ધ્યાન-ભજન-સ્મરણ** વગેરે કરવાથી પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્મા તરફ નજીક જવાય છે. અને તેથી કરીને આત્મજ્ઞાન થાય છે. **મુંગો બોલતો થાય અને મુરખ પંડિત બને છે.**

તો આમ **ચેતનમાં પ્રભુને ઓળખીને ભજન કરવાના બોધની તો કોકે કરી શોધ.** તો હજારો સત્યનો બોધ મેળવ્યો હોય અને ગુરુએ બતાવલ વિજ્ઞાન પ્રમાણે જેમ જેમ ભાન થતું ગયું તેમ તેમ જ્યારે ગુરુગમ આવે છે. ત્યારે તે સાચો અધિકારી બની યોગ્ય પુરુષાર્થ કરીને આત્મજ્ઞાનને પામે છે. એટલે કે પ્રભુ સાથે એકરુપ થાય છે. અને પોતાના ભાનમાં આવે છે ત્યારે તે પોતે ભગવાન બને છે. આમ **સદગુરુ કૃપા કરીને જીવને શિવ બનાવે છે.** તેથી ગુરુ મહીમા અપાર છે. અવર્ણનીય છે, અનંત છે, અમાપ છે, અખંડ છે.

આમ, આત્મજ્ઞાન થવાથી જગત વિષેનો દૃષ્ટિકોણ બદલી જાય છે. જેમ આદિ જગતગુરુ શંકરાચાર્યે કહેલું કે **બ્રહ્મ સત્ય છે, જગત મિથ્યા છે.** તો તે કેવી રીતે? આત્માનું ભાન થવાથી સમજી સકાય છે. અને કાયમનું સુખ – શાશ્વત મોક્ષ મેળવી સકાય છે. આપણી અંદર રહેલ **આત્મા સર્વશ્રેષ્ઠ કેવી રીતે છે?** તે વિસ્તારથી જણાવતા પૂ.બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે જગત દૃષ્ટિએ પૈસા બહુ કિંમતી છે કારણ કે તેથી જગતના સુખ મેળવી સકાય છે.

પરંતુ કુટુંબમાં દીકરો બીમાર પડે ત્યારે ખૂબ જ મહેનત કરીને કમાયેલા પૈસા જતા કરે છે અને દીકરાને બચાવવાના પ્રયત્નો કરે છે. તેથી પૈસા કરતાં પુત્ર શ્રેષ્ઠ છે તેમ ફલિત થાય છે. પણ જ્યારે પિતા અને પુત્ર નદીમાં તણાતા હોય ત્યારે જો પુત્ર પિતાને પકડે તો પિતા તેને છોડી દે છે અને પોતે બચવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેથી ફલિત થાય છે કે પુત્ર કરતાં પોતે શ્રેષ્ઠ છે. દેહમાં પણ પોતાની ઈન્દ્રિયો બચાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેથી દેહમાં ઈન્દ્રિયો દેહથી શ્રેષ્ઠ છે અને જ્યારે ઇન્દ્રિયો થકી પ્રાણ જોખમમાં મુકાય છે ત્યારે આપણે ઈન્દ્રિયોને પણ જતી કરીને પ્રાણને બચાવીએ છીએ.

તેથી પ્રાણ શ્રેષ્ઠ સાબિત થાય છે. અને જ્યારે આત્મા દુભાય છે ત્યારે આત્મા ખાતર પ્રાણને પણ જતો કરે છે. તેથી સાબિત થાય છે કે આપણી પાસે સૌથી વહાલો અને કિંમતી આપણો આત્મા જ છે. તો આવો કિંમતી અને વહાલો આત્મા આપણી સાથે હોવા છતાં આપણે તેના તરફ કેટલું દુર્લક્ષ સેવીએ છીએ? જગતના પ્રપંચોમાં ખૂબ જ રચ્યા-પચ્યા રહીએ છીએ. ખોટું ધન મેળવવા પાછળ આખી જિંદગી વેડફી નાખીએ છીએ અને આખરમાં દુખ અને ભય ભેગા કરીએ છીએ. તો દરેકને ઓછામાં ઓછું સંતોએ બતાવેલ રીત પ્રમાણે એકાદ કલાક તો સ્મરણ, ભજન, ધ્યાન, ભગવાનનું ચિંતન કરવું જોઈએ. જેથી જગતનાં દુખ સંતાપે નહી અને બેટરી ચાર્જ રહે. રોજીંદા જીવનમાં સુખ શાંતિ વર્તાય અને જગતમાં જળ-કમળ-વત રહી સકાય.

આપણી અજ્ઞાનતાને લીધે જ મારુ-તારું, આદેશ-વિદેશ, સારું-ખરાબ વગેરે નીતિ નિયમો બનાવેલ છે તે માનવ કૃત્ય છે અને ભેદ ભરેલા છે તેથી દુખકારક છે. પરંતુ ભગવાનને ત્યાં કોઇ જુદું જ નથી. બધુ તેમાથી જ બનેલું છે અને તેનું જ છે. જેમ કે આપણને પહાડ, નદી, વનસ્પતિ વગેરે અલગ દેખાય છે. પરંતુ પૃથ્વીની દૃષ્ટિએ જોવામાં આવે, તો પૃથ્વીની દૃષ્ટિએ

કંઈ જુદું જ નથી. તેવી જ રીતે આત્મજ્ઞાન થતાં બધા ભેદભાવ મટી જાય છે અને જીવનમાં આનંદ વર્તાય છે.

પાપ પુણ્યનો ખયાલ આપતાં સમજાવેલ કે કોઈ જીવનો આત્મા દુભાવીએ તો પાપ છે અને કોઈના અંતરનો રાજીપો મેળવીએ તો પુણ્ય મળે છે.

અંતમા પૂ.બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે સંતોનો સંગ થવાથી જ આપણને સત્સંગ વિષેનો ખયાલ આવે છે. સંતોના સત્સંગમાંથી જીવન જીવવાની કળા જાણવા મળે છે. અને સંતોની દયા કૃપાથી જ આત્મા-પરમાત્મા વિષેનો બોધ મળે છે. અને બોધ પ્રમાણે ચાલવાથી જ સાચા સદગુરુ કોણ છે? તેનો ખયાલ આવે છે. અને અંતમાં **ગુરુમંત્ર, ગુરુ અને આત્મા ત્રણેય એક જ છે** અને એ જ પોતાનું મૂળસ્વરુપ છે.

દરેકે પોતાના મૂળ સ્વરુપનું સુખ મેળવવા યોગ્ય પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ અને તેમ કરવાથી જ આમ મનુષ્ય દેહ સાર્થક થયો ગણાય. નહી તો જીતેલી બાજી હારી જવાશે. તેમ મનખા જેવો દેહનો શાશ્વત સુખ મેળવવાનું ઉતમ સાધન તરીકે ઉપયોગ કરીને સદગુરુની દયા, કૃપા મેળવીને ગુરુના ચિંધેલ માર્ગે ચાલીને સદગુરુમાં ભગવાનપણુ રાખીને દર્શન, ભજન, સ્મરણ, સેવા, સત્સંગ, વગેરે કરીને પોતાના મૂળઆત્મસ્વરુપમાં ભળી જઈ પરમપદ પ્રાપ્ત કરો એવા આશીર્વાદ આપી સત્સંગ પૂરો કરેલ.

૨૪.૦ પ્રશ્નોતર

૨૪.૧.૧ આજના યુવાનોને ઉદભવતા પ્રશ્ન

વાંચવામાં અને સાંભળવામાં તો ઘણુ આવે છે. પરંતુ એ કેટલું સાચું હોય છે? એ કેવી રીતે જાણવું? આની કોઈ જાણકારી ન હોવાથી આજનું યુવાધન ગુંચવાય છે. વળી હવે કુટુંબોમા પહેલા જેવું સાત્વીક વાતાવરણ પણ નથી રહયું. એટલે આંધળે બહેરું કુટાવાનો ઘાટ ઉભો થાય છે. તેઓના પ્રશ્નો સાદા અને સરળ અને સચોટ હોય છે. જેમ કે...

૧. જીવન એટલે શું?

૨. માનવ જીવનનો ઉદેશ શું છે?

૩. સુખ એટલે શું?

૪. સામાન્ય લોકોના જીવન અને મહા પુરુષોના જીવન વિષેની સમજમાં શું ભેદ હોય છે?

જાણકારી અને માહીતિમાં ભેદ રહેલો છે તે તો યુવાનોને ખબર છે જાણીને આનંદ થયો. આપણે શિક્ષણ મેળવીએ છીએ. તેનો પાઠયક્રમ શીક્ષણવિદા ધ્વારા નક્કી કરવામાં આવતો હોય છે. ત્યાર બાદ શીક્ષણ વિભાગ તેને મંજુર કરતો હોય છે. પછી તેના પાઠય પુસ્તકો બને છે. અને તે આપણને ભણાવવામાં આવે છે. આ રીતે આપણે જ્ઞાન અર્જિત કરીએ છીએ પુસ્તકો ધ્વારા. આપણી આસપાસ સમાજમાં મહાન વક્તાઓ હોય છે. તેઆ પણ તેમના અનુભવનો નિચોડ આપણને સંભળાવતા હોય છે. આ રીતે આપણે માહિતી તો એકઠી કરી લઈએ છીએ. જીવન યાત્રા શરુ થાય છે, અભ્યાસ પૂરો કર્યા બાદ. હવે સમસ્યાઓનો ઉકેલ લાવવામાં મુશ્કેલી અનુભવાય છે. આપણે ત્યાં કહેવતો છે કે... **ભણ્યો પણ ગણ્યો નહી. ઘરડા ગાડા વાળે.** વગેરે વગેરે.

જીવનને જાગૃતતાથી જીવવું તેને અનુભવ પણ કહે છે. અને અનુભવ વિના જ્ઞાન અર્જિત થતું નથી. માટે જ આપણી સંસ્કૃતિમાં સંતોએ જાગવાને મહત્વ આપ્યું છે. જેમ કે... સંત શ્રીનરસી મહેતાએ પ્રભાતિયું ગાયું છે કે...

જાગને જાદવા કૃષ્ણ ગોવાળિયા, તૂજ વિના ધેનુમા કોણ જાશ?

ત્રણ સો ને સાઠ ગોવાળિયા ટોળે મળ્યા, વડો તે ગોવાળિયો કોણ થાશે?

અને પૂ.બાપાશ્રીએ સહજ યોગમાં આ જ તો બતાવ્યું છે. મારી સમજ પ્રમાણે જવાબ આપવાનો પ્રયાસ કરું છું.

પ્રથમ તો જાણવા માટે શિષ્ય બનવું પડે. ગુરુ-શિષ્યની પરંપરા અનાદિ છે. જ્યાં સુધી આપણામાં અહંકાર છે ત્યાં સુધી આપણે શિષ્યત્વ પ્રાપ્ત નથી કરી સકતા. જેવો અહંકાર ગયો કે ગુરુ પ્રગટ થાય છે. માટે પ્રથમ સદગુરુને સ્મરીએ.

ગણીએ નહી મનુષ્ય ગુરુદેવને, સદગુરુ સર્વના સર્જનહાર,
ચાહે સો પલમાં કરે, ધન્ય ધન્ય સદગુરુ દાતાર,
ગુરુની ગતિ ગુરુને પાસ, જેવી કસ્તુરીમાં છે વાસ,
જ્યાં છે સતનામનો વિશ્વાસ, દિનોનાથ પૂરે તેની આશ.

આજના યુવાનોમાં કુતુહલ કરતા મુમુક્ષા વધુ છે તે જાણી હું આનંદ અનુભવું છું. સાથે સાથે સદગુરુ દેવ તથા પરમાત્માને પ્રાર્થના કરું છું આવનારો સમાજ યુવાનોની મુમુક્ષા સંતોષે તેવું વાતાવરણ નિર્મિત થાય. આજના યુવાનોમાં ભવિષ્યના મહાપરુષોના લક્ષણો જણાય છે. એથી વિષેશ બીજું રૂડું શું હોઈ શકે? ભૂતકાળમાં થઈ ગયેલા મહાપુરુષોને શરુઆતમાં કંઇક આવા જ પ્રશ્નો ઉદભવેલા અને તેવા પ્રશ્નોના સમાધાન મેળવવા યોગ્ય પુરષાર્થ કરીને પોતાના જીવનમાં ઉતમ રીતે જીવીને, સફળ બનાવીને બીજાઓને પ્રેરણારુપ થયા.

યુવા મિત્રો આપ પણ એ જ માર્ગે પ્રગતિ કરો તેવી સદભાવના સાથે, જવાબ રુપે જે કંઇ લખીશ તે બધું સદગુરુએ આપેલ જ્ઞાન, સતશાસ્ત્રો અને મહાપુરુષોના જીવનમાંથી અને છેલ્લે મારા અનુભવોમાંથી જે સમજીને સ્વીકાર્યુ છે તે જ હોઈ સકે છે.

યુવા મિત્રોના પ્રશ્નો જીવનને અનુલક્ષીને હોવાથી બધા પ્રશ્નોના જવાબ વ્યવસ્થિત અને વિસ્તાર પૂર્વક આપવા **પ્રથમ જીવ એટલે શું?** એ જાણવું જરુરી છે. તેથી પ્રથમ જીવ એટલે શું? તે સમજીએ.

શાસ્ત્રો હજી આપના માટે જાણકારી નથી બન્યા પણ માહિતી પૂરી પાડનાર છે. અભ્યાસ દરમ્યાન આપણે તો જીવ વિજ્ઞાન જ શીખ્યા છો. તેનામા માણસનું વર્ગીકરણ મેરુદંડ વાળા પ્રાણીમા થાય છે. તેનું શરીર હોય છે. જ્યાં સુધી કાર્યરત હોય છે તેને જીવીત ગણવામાં આવે છે. સ્થુળ દેહ, કર્મેન્દ્રિયો, જ્ઞાનેન્દ્રિયો, મન, બુધ્ધિ વડે જુદા જુદા કાર્ય કરે છે. જ્યારે દેહ કાર્ય કરતો બંધ થાય, ત્યારે ડોક્ટર ડેથ સર્ટીફીકેટ લખી આપે છે. હવે આપણે જોયું – સ્થૂળ દેહ અન તેને કાર્યરત રાખતી કોઈ ઊર્જા છે, જેને જીવ પણ કહે છે. જીવ છે તો જીવન છે. જીવ નથી તો મૃત્યુ થયું કહેવાય. સમગ્ર વિશ્વનું રહસ્ય આ ઊર્જાના ખેલમાં સમાયેલ છે. હવે જેમ જીવ વિજ્ઞાન ધ્વારા આપણે માહીતિ મેળવી. તો હવે થોડી શાસ્ત્રની પણ મદદ લઈએ.

શાસ્ત્રોમાં ઉલ્લેખ છે કે, જે સ્વયં સ્થિત છે, જેનું કોઈ બીજું કારણ નથી અને જેમાંથી બધું સર્જન થાય છે. ઈન્ડ, પીન્ડ ને બ્રહમાંડો પણ જેમાથી બન્યા છે, જે કારણોનું પણ મહાકારણ છે અને જે સર્વનો આધાર છે. અને પોતે પોતાના જ આધારે રહેલ છે. તથા ત્રિકાળ બાધિત છે. તેમા કોઈ પરિવર્તન આવતું નથી તેને પરમ સત્ય કે પરમાત્મા કહેવામાં આવે છે. અને તેના અંશને આત્મા કહેવામાં આવે છે. તે સર્વેએ સ્વીકારેલી વાત છે.

આત્મામાં તેની મૂળ પ્રકૃતિને લીધે દૃષ્ય પદાર્થરુપે પ્રતીત થવાના સ્વભાવને લીધે પોતામાં જ કોઈ વિષયની કલ્પના ઉઠી. ત્યાર બાદ ચિતની પ્રતીતિ થવાથી, ચિતની કલ્પના

ઉઠી, ત્યાર બાદ કલ્પેલા પદાર્થ સાથે સંયુક્ત થઈને જીવ રુપે પ્રતીત થવાના સ્વભાવને લીધે જીવપણાની કલ્પના ઊઠી. તે પછી દૃષ્ય સાથે એકરુપપણાની પ્રતીતિ થવાથી દૃષ્ય પદાર્થમાં (દેહમાં) અહમભાવની કલ્પના ઉઠી. કે જેથી તે પોતાના મૂળ સ્વરુપ એવા આત્માને ભૂલીને, અજ્ઞાન વશ ભ્રાંતિથી પોતાને આ દેહ એ હું છું એવી પોતાના જ ચિતમાં વૃતિ ઉઠી. અને આ દેહના સંબંધીઓને પોતાના ચિતમાં હું ને મારું, અને તેથી કરીને રાગ-ધ્વેષ વગેરે અનેક વૃતિઓ યુક્ત ચિત બન્યું. આ વૃતિઓ યુક્ત ચિતને જીવ કહેવામાં આવે છે. અને વૃતિઓ રહિત ચિતને આત્માં કહેવાય છે. તેમ સૌએ સ્વીકારેલું છે. આવું બ્રહ્મજ્ઞાન કે તત્વજ્ઞાન– શાસ્ત્રમા લખેલું છે.

જીવ વિજ્ઞાનની વાત સમજમાં આવે છે. બ્રહ્મ જ્ઞાન કે તત્વ જ્ઞાન – શાસ્ત્રની વાતો ઉપરથી ચાલી જાય છે. ખરુને મિત્રો! સમજવું તો પડશે જ. નહી તો જવાબ સમજાશે નહી. જીવ વિજ્ઞાન એ બાહ્ય જ્ઞાન છે. બાહ્ય પદાર્થ અથવા બાહ્ય કે બીજાના શરીરોનો પ્રયોગ શાળામાં અભ્યાસ – અવલોકન કરીને તેના જ્ઞાનનો સંગ્રહ કરવામાં આવે છે અને તેને જીવ વિજ્ઞાન કહે છે. એક સમય હતો પ્રયોગ શાળાઓ નહોતી. જીવન સરળ હતું. માણસ અંતરમખી હતો અને માણસ આંતરખોજ કરતો હતો. પોતાની અંદર જ અવલોકન અને પ્રયોગો કરતો હતો. તેણે જોયું ભૌતિક દેહની અંદર અલગ અલગ કાર્ય માટે અલગ અલગ કેન્દ્ર હતા જેને ઇન્દ્રિય એવું નામ આપવામાં આવ્યું. તેને કોઈક અદૃશ્ય સ્રોત ધ્વારા ઊર્જા મળતી હતી. આ સ્રોતની ઊર્જા અલગ અલગ સ્વરુપે પ્રગટ થતી હતી. આમ દૃશ્ય (શરીર) અને અદૃશ્ય (ઊર્જાનો) ખયાલ આવ્યો. સાથે સાથે એ પણ ખયાલ આવ્યો કે ઊર્જાના જુદા જુદા સ્વરુપ એક જ ઊર્જામાંથી પ્રગટ થાય છે. એટલે કે ઊર્જાનું પરિવર્તન થાય છે. જેમ કે આંખથી જોવું (પ્રકાશ), કાનથી સાંભળવું (અવાજ) વગરે વગેરે. હવે તો વિજ્ઞાન પણ સ્વીકારે છે કે ઊર્જા સ્વરુપ બદલી શકે છે. માત્ર એટલું જ નહી, પ્રયોગ શાળામાં એ પણ સાબિત થયું છે કે ઊર્જાનું પદાર્થમાં અને પદાર્થનું ઊર્જામાં રુપાંતરણ થઈ શકે છે. તો આ ઊર્જાના મૂળ સ્રોતને જીવ એવું નામ આપવામાં આવ્યું.

આ રીતે જે તે સમયે માણસે વગર પ્રયોગ શાળાએ દૃશ્ય (શરાર) અદૃશ્ય ઊર્જા (જીવ) અને તેના પરિવર્તનનો સિધ્ધાંત પ્રસ્થાપીત કરેલો. એટલેથી જ ન અટક્યા – જીવ અને શરીરને જોડે છે કોણ? તો તેઓએ શોધી કાઢયું શ્વાસોચ્છવાસ. શ્વાસોચ્છવાસ બંધ થયા – ડેથ સર્ટીફિકેટ તૈયાર! સંશોધન નિરંતર આગળ વધતું જ ગયું. પરંતુ આ આંતરિક શોધો હતી. તેને જાણવા માટે તેના જાણકાર માણસની જરુર પડે. અનુભવી જ માર્ગદર્શક બની શકે. આજે પણ જીવનને લગતા વિજ્ઞાનમાં ઉચ્ચ અભ્યાસ કરવા માટે અનુભવીનો જ સહારો લેવો પડે છે. જેમ કે ડોક્ટરીના અભ્યાસ માટે અનુભવી ડોક્ટર કે સર્જન પાસેથી જ શીખવું પડે છે. તો જ ડીગ્રી માન્ય રાખવામાં આવે છે. વિષ્ણુ પરાણમાં જીવનની ઉત્ક્રાંતિ જ તો વર્ણવેલ છે. એ જમાનામાં ભોજપત્ર પર લખવામાં આવતું. આટલા વિશાળ જ્ઞાનને ભોજપત્ર પર લખવું અવ્યવહારું હતું.

એટલે જ્ઞાનને સ્મૃતિથી અને શ્રુતિથી આગળ વધારાતું હતું. અને તેને સતશાસ્ત્ર, વેદ અને ઉપનિષદ એવા નામ આપવામાં આવતા હતા. ગ્રંથસ્થ ન હોવાના કારણે કાળક્રમે તે વિસરાઈ ગયા કે વિકૃત થઈ ગયા.

પરંતુ જીવનને લગતા જ્ઞાનને તે સમયમાં વિકસીત થયેલ ગુરુશિષ્યની પરંપરા ધ્વારા જાળવી રાખવામાં આવ્યું. એના માટે સંતો, મહાત્માઓ, સદગુરુઓના આપણે ઋણી છીએ. પરમ જ્ઞાનને જ્ઞાન કહેવામાં આવ્યું. જ્યારે કોઈ ચોક્કસ વિષયના જ્ઞાનને વેદ, ઉપનિષદ, વગેરે નામ આપવામાં આવેલ. એ જ પધ્ધતિ આજે આપણે અપનાવી છે. ચોક્કસ જ્ઞાનને – વિષેશ જ્ઞાનને – વિજ્ઞાન જ તો કહીએ છીએ. શરીર, જીવ, પરિવર્તન અને તેને જોડતા શ્વાસો-ચ્છવાસની મદદથી તો સહજ યોગની સાધના પૂ.બાપાશ્રીથી પ્રાપ્ત થયેલ તે જ અનુભવ વાણીમા આવે છે. આ એક અનુભવ સિધ્ધ વિજ્ઞાન જ છે. હવે યુવા મિત્રો સમજવું થોડું સરળ રહેશે.

૨૪.૧.૨ ઉતર

પ્રશ્ન ૧. : જીવન એટલે શું?

જવાબ : જીવની પ્રવૃતિઓને જીવ કહેવામાં આવે છે.

જીવને પ્રવૃતિઓ કરવા માટે સ્થુળ દેહ, કર્મેન્દ્રિયો, જ્ઞાનેનિદ્રયો, મન, બુધ્ધિ, પ્રાણ તથા ચેતાતંત્ર, શ્વસન તંત્ર, રુધિરાભિષરણ તંત્ર, ઉત્સર્ગ તંત્ર, પાચન તંત્ર, વગેરે અનેક તંત્રો પણ દેહમાં આવેલા છે. આ દેહનું બધારણ માતાના ગર્ભમાં પિતાના શુક્રાણુરુપી બીજની મદદથી થાય છે. અને તેમાં વિકાસ પામીને જ્યારે તે દેહની પ્રસુતિ થાય છે. ત્યારે જીવનો જન્મ થયો એમ કહેવામાં આવે છે.

(ખરેખર તો દેહનો જન્મ થયો છે, જીવ તો વારસાગત ચાલ્યો આવેલો અનાદિકાળનો છે.) ત્યાર બાદ તેમાં પ્રાણનો સંચાર થાય છે. તેથી કરીને જીવની પ્રવૃતિઓ ચાલુ થાય છે. તેને તેના જીવનની શરુઆત થઈ તેમ કહેવાય છે. અને જ્યારે દેહ અને પ્રાણ છૂટા પડે છે ત્યારે જીવનનો અંત આવ્યો તેમ કહેવાય છે.

આમ, જન્મ અને મૃત્યુ વચ્ચેના સમય દરમ્યાન જીવ થકી મન, બુધ્ધિ, ઇન્દ્રિયો તથા દેહ ધ્વારા થયેલા કાર્યોનો સરવાળો એ જ દેહધારી જીવનું જીવન ગણાય છે. આમ જીવનનો બધો આધાર જીવ ઉપર એટલે કે ચિતની સ્થિતિ ઉપર એટલે કે ચિતમાં પડેલી વૃતિઓ જેવી કે, હું-મારું, રાગ-ધ્વેષ, આશા-તૃષ્ણા, કામ-ક્રોધ, લોભ-મોહ, ઈર્ષા-અદેખાઈ, માન-અપમાન, હર્ષ-શોક, ભય-ચિંતા, આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિ વગેરે અનેક વૃતિઓ ઉપર રહેલો છે.

આવા મલિન ચિતની પ્રવૃતિથી જીવ કર્મ બધનમાં પડે છે. અને પરિણામે દુખી થાય છે. અને તે બધા દુખો દૂર કરવા માટે કંઇક ખોટા પ્રયત્નો કરે છે. અને તેથી તે જીવના દુખમાં વધારો થાય છે. અને તેનું જીવન દુખોથી ભરેલું રહે છે.

આમ, દરેક જીવ હમેશા પોતાનું જીવન સુખમય વિતે તે માટે જ પ્રયત્નો કરતો હોય છે. પરંતુ ચિતમાં રહેલી વૃતિઓને લીધે તે જીવ સુખને બદલે દુખને જ પામે છે. તેથી તેના જીવનમાં હતાશા પામે છે. તે ઉદાસ બની જાય છે. અને તના જીવનની બધી પ્રવૃતિઓ રસહીન બની જાય છે. તેના જીવનની બધી આશાઓ પડી ભાંગે છે. અને કોઈ પણ કાર્ય કરવામાં તેને ઉત્સાહ કે આનંદ આવતો નથી. અને શૂન-મૂન બની જાય છે. અને ક્યારેક તો માનવ જીવનથી કંટાળીને મોતને વહાલું કરે છે.

જીવનને ૩ (ત્રણ) પ્રકારમાં વહેચી સકાય છે.

૧. ઉતમ જીવન.

જેના ચિતમાં માયાવી કોઈપણ વૃતિઓ હોય નહી. તે પોતાનું જીવન સહજ, સરળ, શાંત અને સંતોષ રીતે વિતાવતો હોય. તેના જીવનનો અલગ બીજો કોઈ ધ્યેય હોય નહી. પરંતુ પોતાના આત્માને આધિન રહીને તેની પ્રકાશિત બુધ્ધિ વડે સમા-સમાના વિવેકથી શાંતિ ભરેલું આનંદ અને પ્રેમથી જે પોતાનું જીવન વિતાવતા હોય છે. ભય, ચિંતા કે આસક્તિ રહિત ત્રણે ગુણોથી પર અને ભાવાતિત સ્થિતિમાં હમેશા રહેતા હોય છે. તેના જીવનને ઉતમ કહેવામાં આવે છે.

૨. મધ્યમ જીવન.

જેના ચિતમાં માયાની સાત્વિક ગુણોની વૃતિઓનું પ્રમાણ વધારે હોય, તેઓ બીજાના દુખો દૂર કરવાના પ્રયત્નો કરતા હોય, આચાર-વિચાર સારા ધરાવતા હોય, સમાજસેવાના સારા કાર્યો કરવામાં રસ ધરાવતા હોય, તેઓ આદર્શવાદી હોય તેવા પ્રયત્નો કરતા હોય છે. ભૌતિક રીતે સુખ સમૃધ્ધિ વધે અને બધે શાન્તિ ફેલાય તે માટે પોતાનું જીવન પસાર કરતા હોય છે. તેમા સત્વ ગુણોને લઈને જ્ઞાન તથા શાંતિનો અનુભવ તેના જીવનમાં દર્શાતો હોય છે. વગેરે સત્વ ગુણોવાળી ચિતની સ્થિતિવાળાનું જીવન મધ્યમ જીવન કહેવાય છે. તેને **પરમાર્થી જીવન** કહેવાય છે.

૩. કનિષ્ક જીવન.

જેના ચિતમાં રાજસી તથા તામસી ગુણોની વૃતિઓ રહેલી હોય તેઓનું જીવન હમેશા સ્વાર્થી હોય છે. તેવાઓની વૃતિ હમેશા અશાંત રહેતી હોય છે. તેઓનું જીવન સતા શક્તિની મદદથી પોતાનો જ સ્વાર્થ સાધવામાં રસ ધરાવતા હોય છે. તેઓ મોટી સતા કે મોટા પદ મેળવવા જીવનમાં પ્રયત્નો કરતાં હોય છે. તેઓને કોઈ આદર્શ કે સારા ધ્યેય હોતા નથી.

તેઓમાં મનોકામનાઓ તથા કર્તાપણાનો ભાવ ખૂબ જ જોવા મળ છે. તેઓના જીવનમાં ઊંઘ, આળસ, પ્રમાદ, ક્રોધ, મોહ, લોભ, વગેરેનું પ્રમાણ વધારે હોય છે. તેઓ પોતાનો સ્વાર્થ સાધવા પોતે દુખી થતા હોય છે અને છતાં પણ તે દુખમાં પણ સુખ બુધ્ધિ રાખીને જીવન જીવતા હોય છે. તેઓ હમેશા અસંતોષી રહે છે.

કોઈ પણ જીવ ચાહે પુરુષ હોય કે સ્ત્રી હોય અને ગમે તે જાતી કે વર્ણમાં જન્મ્યો હોય, રાજા હોય કે રંક, તવંગર હોય કે ગરીબ વગેરે **કોઈ પણ સ્થિતિમાં તેના જીવનમાં સુખ-દુખનો આધાર તેના ચિતની વૃતિ ઉપર રહેલો છે. એમ મારો અનુભવ કહે છે.** મારા અનુભવ પ્રમાણે માનવ જીવ પોતે દેહમાં સર્વોપરી સતાથી વર્તે છે. કારણ કે એના થકી જ દેહના દરેક અવયવો મન, બુધ્ધિ, ઇન્દ્રિયો, પ્રાણ વગેરે જીવમાં રહેલી ચેતના શક્તિને લઈને કાર્યરત છે. અને પોતે તે બધાનો માલિક છે તેમ વર્તે છે. માટે જીવને રાજા કહેવામાં આવે છે. આમ રાજા હોવા છતાં જુગ બંધનથી જેલમાં ફસાયેલો છે. તેથી તે દુખી થાય છે. માટે તે બંધનોમાંથી છૂટવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આ જીવનું દુખના બંધનોમાં કેમ પડવું અને તે બંધનોમાંથી કેમ મુક્ત થવું તે સમજવા માટે અગાઉ સંતવાણીમાં દૃષ્ટાંત આપેલ છે.

પ્રશ્ન ૨. : જીવનનો ઉદદેશ શું?

જવાબ : જીવન અકારણ છે, એક રીતે જોઈએ તો આંખે પાટા બાધવાની રમત છે. અનંત બ્રહમાંડની લીલાનો એક ભાગ છે. આત્માનું જીવમાં પરિવર્તન એક જાતના પાટા જ તો છે. જીવ રુપ પ્રાપ્ત કરીને તે પોતાનું મૂળ સ્વરુપ વિસરી ગયો છે. જીવનનું પ્રગટ થવું અને વિલીન થવું અનિશ્ચિત છે. બે અનિશ્ચિતતાઓ વચ્ચે જીવન વહી રહયું છે. મનના કારણે સવાલો ઉદભવે છે. તેના સ્વભાવના કારણે નિશ્ચિતતા ઈચ્છે છે એટલે સવાલ ઉદભવે છે કે જીવનનો ઉદેશ્ય શું છે? તો થોડું મનને સમજીએ જેથી પ્રશ્ન સમજવામાં મદદ મળે.

મન એક પ્રક્રિયા છે. મનને કંઇક કરવા જોઈએ. જો મન કંઇ ન કરે તો શાંત અને સ્થિર થઈ જાય છે, મટી જાય છે. એટલે પોતાનું અસ્તિત્વ ટકાવવા કંઇ ને કંઇ કર્યા કરે છે. સામાન્ય રીતે મનમાં વિચારો ઉઠે છે. વિચારો બે પ્રકારના હોય છે. **વિધાયક-હકારાત્મક વિચારો** અને **નકારાત્મક વિચારો**. વિધાયક વિચારો જીવને જાગૃત કરીને આત્મા તરફ જવામાં મદદ રુપ થાય છે. નકારાત્મક વિચારો જીવને અજાગૃતતા તરફ લઈ જાય છે – નિંદ્રા તરફ લઈ જાય છે. મન **કલ્પનાઓ** કરતું રહે છે. વિધાયક કલ્પનાઓ સાધકને ઉર્ધ્વગમનમા મદદ રુપ થાય છે. મન **સ્મૃતિ** કરે છે. સ્મૃતિ જીવને સૂરતાની સાધનામાં સહાયક બને છે. આ ચાર કાર્ય કરતા કરતા મન થાકી જાય ત્યારે **નિદ્રાધીન** થઈ જાય છે. આ પાંચ કાર્ય ધ્વારા મનની માયા જાળ વિસ્તરે છે અને સંકોચાય છે. બધો આધાર જીવ પર છે. જોયું, જીવનનો ખેલ! કેવો અદભૂત છે!

જીવનનો કોઈ ઉદશ નથી. જીવ વિચારોમા વહેવા લાગે... સ્મૃતિ અને કલ્પનાઓ- સંકલ્પ ધ્વારા ખોટા સ્વરુપોમા ભેરવાઈ જાય છે – બંધનોમાં પકડાઈ જાય છે. પછી જીવ તેમાથી બહાર આવવાનો અને મૂળ રુપમાં સ્થિત થવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આ બે છેડાઓ વચ્ચેની યાત્રાને કદાચ આપણે જીવન તરીકે ઓળખીએ છીએ. જીવ સ્વતંત્ર છે. આવાગમન વાળું જીવન જીવવું કે શાશ્વત જીવન પસંદ કરવું. જીવ તેની અંદરના સદગુરુની કૃપાથી પોતાના મૂળ સ્વરુપમાં

સ્થિત થાય તો શાંતિ પામી પરમાત્માની – બ્રહ્માંડની લીલા જોઈ આનંદ અનુભવી કોઈ પણ સાથે જોડાયા સિવાય સાક્ષીભાવને પ્રાપ્ત થાય છે.

એટલે ચિતમાં ભરાઈ પડેલી વૃતિઓનો સદગરુએ બનાવેલી જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની રીતથી નાશ કરવા માટે પ્રયત્નો કરવા અને આશરા ધર્મમાં રહીને પોતાના જીવનની ફરજો, નીતિ, નિષ્ઠા પ્રમાણે, અને નિષ્કામ રીતે બજાવવાના પ્રયત્નો કરવા. અને સત્ય વહવાર તરફ સદભાવ રાખવો. આમ કરતા કરતા જીવન દરમ્યાન પોતાના મૂળ સ્વરુપ એવા આત્માનો અંતરઘટમાં અનુભવ પણ કરી લેવો. એવું ધ્યેય રાખવું. એટલે છેલ્લા શ્વાસો સુધી અભ્યાસી રહેવું, એ જ લક્ષ્ય રાખવું.

પ્રશ્ન ૩ઃ સુખ માટે કોઈ ચોક્કસ વ્યાખ્યા ન આપી સકાય, પરંતુ ચિતમાં દુખનો અભાવ હોય તેને સુખ કહી સકાય. સુખ કે દુખનો અનુભવ આપણાં મનને થાય છે. સુખ બે પ્રકારના હોય છે.

૧. શાશ્વત (આત્માના) સુખ :

જે સુખને પામ્યા પછી તે સુખનો નાશ થતો નથી અને કાયમ ટકી રહે છે અને તે સુખથી ચિતમાં શાંતિ અને હૃદયમાં આનંદ અનુભવાય છે. જ્યારે મનની વૃતિ જગતના પદાર્થોમાંથી નિકળીને અંતરમુખ થઈને સતનામમાં જોડાય છે ત્યારે અંતરઘટમાં નાદબ્રહ્મ કે સત શબ્દ પ્રગટ થાય છે. અને એવી આંતર દશા થાય છે. ત્યારે ઘટમા રણુકાર, બ્રહ્મનાદ, અનાહતનાદ વગર કાને સંભળાય છે અને તેમ થતાં હૃદયમાં પ્રેમ પ્રગટ થાય છે ત્યારે સુખનો જે અનુભવ થાય છે તેને શાશ્વત સુખ કહેવામાં આવે છે. તે સુખ હૃદયથી અનુભવાય છે. અને તે સુખ માયાના બંધનમાંથી મુક્ત છે અને ક્યારેય પણ દુખકારક બનતું નથી. તે સુખ પ્રાપ્ત કરવા માટે બ્રહ્મજ્ઞાની, બ્રહ્મનિષ્ઠ અને બ્રહ્મવેતા એવા સંત સદગુરુના શરણે જઈને તેમના માર્ગદર્શન પ્રમાણે અભ્યાસ કરવો જોઈએ. તેમ હું મારા અનુભવથી કહી સકું છું અને સર્વે સત શાસ્ત્રો, ૠષિઓ તથા સંતો, ભક્તોએ સર્વેએ સ્વીકારેલી વાત છે.

૨. ક્ષણિક (નાશવંત) સુખ :

આ સુખો માયાના પદાર્થોમાંથી કે જુદા જુદા વિષયોમાંથી મળે છે. અને તે સુખો મનને થાય છે. જેમાથી સુખ મળતું હોય તેનો નાશ થવાની સાથ તે સુખનો પણ નાશ થાય છે. અને તેમ થવાથી દુખ ઉત્પન્ન થાય છે. માયાના સુખ આપણને બંધનમાં પણ નાખે છે. સામાન્ય રીતે મન માયાના સુખ મેળવવા માટે ઈન્દ્રિયોની પાછળ જ દોડયા કરે છે. ઇન્દ્રિયો પોતાના વિષયોમાં રત રહે છે. તેથી મન પણ સુખ મેળવવા વિષયોની પાછળ જ ધ્યાન આપતું હોય છે.

તેથી તેમા આસક્તિ આવે છે. અને આસક્તિથી કામનાઓ જાગે છે. અને તેમ થવાથી ક્રોધ, મોહ વગેરે ઉત્પન થાય છે. તેથી કરીને મન મુઢ બની જાય છે. તેમ થવાથી મન સ્મૃતિને ખોઈ બેસે છે. અને સ્મૃતિનો નાશ થવાથી બુધ્ધિનો નાશ થાય છે. અને બુધ્ધિનો નાશ થવાથી

પોતાનો સર્વનાશ થાય છે, એ ક્રમ મુજબ જ મન વિષયો પાછળ ગાંડુ થઈને જીવનનો સર્વનાશ નોતરે છે. તેમ મારું માનવું છે. અને તે મેં સ્વીકારેલું છે, અનુભવું છું.

માયાના સુખ દુખ કાયમ સાથે જ રહે છે. એક સિક્કાની બે બાજુઓ જેવા છે. જ્યારે કોઈ પણ વસ્તુ કે વ્યક્તિ અનુકૂળ થાય છે ત્યારે મન સુખી થાય છે અને તેના બંધનમાં પડે છે. પરંતુ જ્યારે તે પ્રતિકુળ થાય છે, ત્યારે તેનાથી વિપરીત દુખી થાય છે. અને તેના બંધનમાંથી છૂટવા માટે દુખકારક બીજા વધારાના પ્રયત્નો પણ કરે છે. અને અંતે વધુ દુખી થાય છે.

માયાના પદાર્થો ક્ષણિક છે. તેથી તે પદાર્થમાંથી મળતા સુખ પણ ક્ષણિક જ છે. આમ સુખનો નાશ થવાથી મન પણ દુખી થાય છે. જેમ કે પોતાના જીવનમાં ધન મળવાથી સુખનો અનુભવ થાય છે. પરંતુ તે ધન ચોરાય જાય કે ધંધામાં ખોટ જાય ત્યારે દુખ થાય છે. જીવનમાં સંતાનો પ્રાપ્ત થતાં સુખ થાય છે. પરંતુ તે બીમાર પડતાં કે દૂર જતાં કે પ્રતિકુળ થતાં દુખ થાય છે. મૃત્યુ પામે તો પણ દુખ થાય છે. આમ મન હમેશા સુખ મેળવવા માટે પાંચ વિષયો તથા જગતના બીજા પદાર્થો, સ્થાવર-જંગમ મિલ્કતો, ધન-દોલત, માન-મોટાઈ, કીર્તિ વગેરે માયાની ચીજો મેળવવા માટે અથાગ પ્રયત્નો જીવનભર કરે છે. પરંતુ અજ્ઞાનતાને કારણે અંતે પરિણામમાં દુખ જ ભોગવવાનો સમય આવે છે. તથા કર્મના બંધનોમાં ઘેરાય જાય છે અને જન્મ મરણના ચક્રમાં ફસાય જાય છે. પણ જો સુખના મૂળ કારણ તરફ વિચાર કરવામાં આવે તો સાચું સુખ ક્યાં રહેલું છે, તે જાણી શકાય અને સર્વોતમ સુખ શેમાથી મળે તે નક્કી કરી સકાય છે.

જેમ કે ધન દોલતથી સુખી થવાય છે તેમ સૌ કોઈ અનુભવે છે. પરંતુ તેનાથી વધુ સારુ ધન કયું? એ તો પ્રસંગ આવ્યે અનુભવથી સમજી સકાય છે. માનો કે કોઈની પાસે પાંચ લાખ રુપીયા છે. હવે તેનો યુવાન પુત્ર બીમાર થયો અને ડોક્ટરના અભિપ્રાય પ્રમાણે તેને સાજો કરવા માટે પાંચ લાખ રુપીયાની જરુર પડે તેમ છે. ત્યારે રુપીયાના ધન કરતાં પુત્રધન વધુ કિંમતી લાગે છે. તેથી રુપીયાના ધનને જતું કરીને પુત્રને બચાવે છે. વહેવારિક ધન કરતાં પુત્રધન શ્રેષ્ઠ છે. પણ હવે માનો કે નદીમાં પૂર આવેલું હોય અને પિતા પુત્ર સાથે પાણીના પૂરમાં તણાતા હોય ત્યારે પુત્ર પિતાને પકડે છે. અને તેથી જો પિતા અને પુત્ર બને ડૂબી જતા હોય તેવી સ્થિતિ પેદા થાય તો?

ત્યારે પિતા પુત્રને છોડી દેશે અને પોતાને બચાવવાના પ્રયાસો કરે છે. તેથી સાબીત થાય છે કે પુત્રધન કરતાં પોતાનો દેહ વધુ કિંમતી છે. હવે પોતાના દેહમાં કર્મેન્દ્રિયો તથા જ્ઞાનેન્દ્રિયો વધુ કિંમતી છે તે પણ અનુભવે સમજાય છે. જ્ઞાનન્દ્રિયો જ્યારે બગડે અને પ્રાણની સલામતી ન રહે ત્યારે પ્રાણને બચાવવા માટે જ્ઞાનેન્દ્રિયોને પણ જતી કરે છે. તેથી સાબિત થાય છે કે ઇન્દ્રિયો કરતાં પ્રાણ ઉતમ ધન છે.

પણ જ્યારે અંતરઆત્માને કોઇ એવી ચોટ લાગી જાય છે ત્યારે તેવા સંજોગોમાં પોતાના આત્માને ખાતર પ્રાણની પણ આહૂતિ આપવાને તૈયાર થઈ જાય છે. તેથી સાબિત થાય છે કે આપણા અંતર આત્મા જેવું બીજું કોઈ ધન કિંમતી નથી. અને આત્મા સર્વોતમ ધન છે. કે જે ધનની પ્રાપ્તિ કરવાથી જે સુખ શાંતિ મળે છે તે અલૌકિક અને શાશ્વત હોય છે. માટે હું પોતે માનું છું કે જેને અખંડ આનંદ અને કાયમના સુખ હોય તેવું જીવન જીવવું હોય તો તેને પોતાના સ્વરુપ એવા આત્માનો અનુભવ કરીને તેમાં મનની વૃતિનો લય કરીને સાક્ષીભાવે જીવન વિતાવવું જોઈએ. એ દશાને જ બ્રહ્મદશા કહેવામાં આવે છે. અને તે પદને જ નિર્વાણપદ કહેવામાં આવે છે. એમ મારું માનવું છે અને તેમ કરવા માટેના મારા પ્રયત્નો ચાલુ જ છે.

પ્રશ્ન ૪. : આસપાસના લોકોની જીવન વિષેની સમજ કઈ રીત જુદી છે?

જવાબ : આસપાસના દરેક લોકો પોતાનું જીવન, પોતાની વૃતિઓ પ્રમાણે વિતાવવા પ્રયત્નો કરતા હોય છે. પરંતુ દરેકની ચિતવૃતિઓ અલગ હોવાથી જીવનશૈલી પણ અલગ અલગ હોય છે. દરેકના દેહમાં ઇન્દ્રિયોની વિષય વૃતિ, મનની મનોવૃતિ, તથા બુધ્ધિની જ્ઞાનવૃતિ, હ્રદયની ભાવવૃતિ અને ચિતની અજ્ઞાનવૃતિ અલગ-અલગ હોવાથી વિચાર, વાણી તથા વર્તનથી દરેકનું જીવન અલગ જણાય છે. કારણ કે દરેક વ્યક્તિ પોતાનું જીવન, પોતાની વૃતિઓ પ્રમાણે જીવવાનો આગ્રહ રાખે છે. તેથી જીવન વિષેની સમજ કંઇક અલગ જ હોય છે. દરેક વ્યક્તિ બધાનું સારું થાય તેવા જ પ્રયત્નો કરતા હોય છે. પરંતુ દરેકનો સુખ વિષેનો ખયાલ કંઇક અલગ જ છે. માયાના સુખો તો એવા છે કે એક વ્યક્તિને માટે જે સુખકારક હોય તે બીજી વ્યક્તિ માટે દુખકારક હોય છે. તે બધાની પાછળનું કારણ ચિતવૃતિ જુદી જુદી હોવાથી એમ બને છે. આવી ગેરસમજને કારણે ઘણી વખત આસપાસના લોકો વચ્ચે ઘર્ષણ થાય છે કે તણાવ રહેતો હોય છે. બાકી કોઈ બીજું કારણ હોતું નથી. પણ જો દરેક આત્મવૃતિ કેળવે તો તેને (અસંતોષને) નિવારી સકાય છે.

કારણ કે આત્મવૃતિ દરેકમાં સમાન છે. તેથી દરેકમાં સમાન દૃષ્ટિકોણ આવે છે. આત્મજ્ઞાનથી બુધ્ધિમાં પ્રકાશ પડે છે તેથી તેની દિવ્ય દૃષ્ટિ બને છે. તેમ થવાથી તેમા સમદષ્ટિ આવે છે અને બુધ્ધિ વિવેકવાળી થાય છે. તેથી ગેરસમજ દૂર થાય છે અને ઘર્ષણ નિવારી સકાય છે. અને સુખ શાંતિથી રહે છે.

બસ યુવામિત્રો, હવે વધુ નહી લખતા અહી પ્રશ્નો વિષે મારું મંતવ્ય પૂરુ કરું છું. પ્રશ્નો હમેશા નાના હોય છે અને જવાબો થોડા લંબાણપૂર્વક હોય છે. મુમુક્ષોને જવાબ હમેશા નાના લાગે છે. કદાચ આપને મારા જવાબો થોડા લંબાણપૂર્વક લાગશે. મેં મારી રીતે હ્રદયનો ભાવ તથા અનુભવનો નિચોડ શબ્દોની મર્યાદામાં રહીને સમજાવવાના પ્રયત્નો કરેલા છે. હ્રદયનો કે બુધ્ધિનો જે ભાવ હોય તે પૂરેપૂરો શબ્દોમાં નથી આવી સકતો.

ઘણી વાર પ્રશ્ન કુતુહલતાને કારણે પૂછાતો હોય છે. પૂછનારની અપેક્ષા તે શબ્દોની મર્યાદાને કારણે દર્શાવી નથી સકતા અને જવાબ દેનાર પણ તેની સમજ પ્રમાણે જવાબ દે છે. સવાલ-જવાબ શબ્દો ધ્વારા કહેવાતા હોય છે. શબ્દોની મર્યાદાને કારણે સમજ મુજબ કહેવાય કંઇક અને સમજાતું હોય કંઈક. એવું બન્ને પક્ષે બનતું હોય છે. માટે વાંચીને મર્મ જાણીને ઘટતું કરવા દાસાનુ દાસનું નમ્ર સૂચન. આપ સર્વ મિત્રો આપના કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરો અને ફૂરસતના સમયે આત્મ કલ્યાણના માર્ગે પ્રગતિ કરો એવી શુભેચ્છા.

૨૪.૨.૧ વડિલોના પ્રશ્ન

જીવનમાં બધા પદો પર કાર્યરત રહી સફળતાઓ ને પ્રાપ્ત કરી અધ્યાત્મ ક્ષેત્રે અભ્યાસ કરતા મિત્રો-વડિલોના પ્રશ્ન.

૧. મનનું શુધ્ધિકરણ કેમ થાય?

૨. મનની ચોથી તુરિયા અવસ્થા શું છે અને તેને કેમ પ્રાપ્ત કરવી?

૩. આ ચોથી અવસ્થા વડે આત્મસાક્ષાત્કાર કરીને જીવનું કલ્યાણ કેમ કરવું?

જવાબ ૧. : મનના શુધ્ધિકરણ માટેની સમજ

(ત્રીવેણી સંગમ)

મન, પવન, બ્રહ્મ ને આજ્ઞાના કેન્દ્રના સ્થાને, ત્રણેયનું મિલન થવું તેને ત્રિવેણી સંગમ કહે છે.

આત્માના સહજ સ્વભાવને લીધે, જ્યારે (ચેતનનું) સ્ફૂરણ થાય છે ત્યારે તેમાથી ત્રણ શક્તિઓ એક સાથે પ્રગટ થાય છે. તેને ત્રિગુણી માયા પણ કહે છે.

પરમ આત્મા		
જ્ઞાનશક્તિ	**સર્જનશક્તિ**	**ગતિશક્તિ**
વિષ્ણુ	બ્રહમા	મહેશ
મન (અંતઃકરણ)	નાદ (પ્રણવ)	પ્રાણ (શ્વાસ)

વિચાર શક્તિ અને ઇન્દ્રિયોની જ્ઞાન શક્તિ, શબ્દ-સ્પર્શ, રંગ અને ગંધ એ પાંચ વિષયોનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની શક્તિ.

જ્ઞાનશક્તિને અંતરમુખ કરીને એકદોર કરવી તેને સૂરતા કહેવાય.

આમ પહેલા સૂરતાને સાધી તેને નામ (પ્રાણ-હંસો-અનાહત નાદ) સાથે જોડીને આજ્ઞા કેન્દ્રમાં સ્થિત કરવાથી સૂરતા અને પ્રાણનું જોડાણ થશે. ત્યારે સહજતાથી કુંડલીની શક્તિ જાગૃત થઈને સુક્ષ્મણાના માર્ગે થઈને વચન (પ્રાણવનાદ) રુપે થઈને આજ્ઞાચક્રમાં જ્યાં સૂરતા અને નામનું જોડાણ છે ત્યાં મિલન થશે. આ મિલનની સ્થિતિને ત્રિવેણી સંગમ કહેવાય છે.

એને મન-પવન-બ્રહ્મનું મિલન પણ કહેવાય છે. સૂરતા (આત્મવૃતિ), નામ, વચનના મિલનને ત્રિવેણી સંગમ કહેવાય છે.

અહી **કુંડલીની શક્તિ વિષેની થોડી સમજ મેળવી લઈએઃ –**

પુરુષના શુક્રાણુનું (ચિતિશક્તિનું) બુંદ સાથે ભળીને જ્યારે સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં આરોપણ થાય છે ત્યારે ત્યાં રજસ સાથે સંયોજન થઈને પ્રક્રિયાના ફળ સ્વરુપે બાળકનું સર્જન થાય છે. તેને **નાદ બુંદની ઉત્પતિ** કહે છે. ચિતિશક્તિ પ્રાણવાયુમાં રુપાંતર થઈને ગર્ભનો વિકાસ કરે છે અને પૂર્ણ વિકાસ થયા બાદ બાળકની પ્રસુતિ થાય છે. ત્યારે ચિતિ શક્તિમાંથી મળતો પ્રાણવાયુ બંધ કરીને હવામાંથી શ્વાસોચ્છવાસ વડે જરુરી પ્રાણવાયુ પૂરો પાડવાની ક્રિયા ચાલુ કરવામાં આવે છે.

આમ બાળકના જન્મ પહેલાં સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં રહેલા ગર્ભને સ્ત્રીની ચિતિ શક્તિ (કુંડલીની), નાળ મારફતે ગર્ભને જરુરી પ્રાણ વગેરે શક્તિઓ પૂરી પાડે છે. અને ગર્ભનો વિકાસ કરીને બાળકનું સર્જન કરે છે. બાળકનો પૂર્ણ વિકાસ થયા બાદ પ્રસુતિ થાય છે. ત્યારે નાળ કાપીને માતાના ઉદરની ચિતિ શક્તિનું જોડાણ કાપી નાખવામાં આવે છે. અને જરુરી પ્રાણ હવામાંથી શ્વાસોચ્છવાસ રુપે, શ્વસન તંત્ર વડે ચાલુ કરવામાં આવે છે. અને બીજી જરુરી શક્તિઓ માટે મુખ મારફતે પાચન તંત્રને દૂધ વગેરે જરુરી ખોરાક આપવામાં આવે છે. અને બાળકનો ઉછેર કરવામાં આવે છે. સમય જતાં બાળકમાંથી યુવાન, આધેડ, વૃધ્ધ વગેરે શરીરની અવસ્થાઓ બદલતી રહે છે અને પોતાનું જીવન વ્યતિત કરે છે.

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય ત્રણ અવસ્થાઓ ભોગવે છે.

૧. **જાગૃત**

૨. **સ્વપ્ન**

૩. **સુશુપ્તી**

પરંતુ ચોથી તુરિયા અવસ્થા નથી ભોગવતો. કારણ કે શરીરમાં રહેલી કુંડલીની શક્તિ વિકાસ પામીને જાગૃત થયેલ નથી. પરંતુ સુશુપ્ત અવસ્થામાં છે. ચિતિ શક્તિ વિધમાન હોવા છતાં કાર્યશીલ નથી. પણ જેણે કોઈ પણ રીતે તેનામાં રહેલ દૈવી કુંડલીની શક્તિને કાર્યશીલ કરેલી હોય તો તે ચોથી તુરિયા અવસ્થાને ભોગવીને, ધ્યાન, સમાધિ વગેરે કરીને તે પરમ શક્તિની મદદથી ચિતમાં રહેલા કર્મના સુક્ષ્મ બીજકોને એટલે કે સંચિત કર્મોને બાળી નાંખે છે, એટલે કે નિષ્ક્રિય કરા નાખે છે. અને જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી (જીવન) છોડાવે છે. અને

જીવનું કલ્યાણ કરે છે. તેથી તે શક્તિને કલ્યાણકારી શિવની દિવ્યશક્તિ કહેવામાં આવે છે. તેને અવ-ચેતના અથવા અજાગૃત મન પણ કહે છે.

ધ્યાન

મૂળ ચેતનમાંથી કે'તા સહજ સ્વાભાવિક્તાથી છૂટી પડેલી ત્રણ શક્તિઓ જેવી કે સર્જન શક્તિ, ગતિ શક્તિ, જ્ઞાન શક્તિ, કે જેના વડે પ્રાણીઓના જીવન ચાલે છે. જેમ કે સર્જન શક્તિ વડે ખાધેલા ખોરાકનું પાચન થઈને તેમાંથી જુદા જુદા જરુરી કોષો અનમય, પ્રાણમય, વિજ્ઞાનમય અને આનંદમય બને છે. અને બીનજરુરી મળ, મુત્ર, લાળ વગેરે પણ બને છે. અને ગતિશક્તિ (પ્રાણ) વડે સર્જન થયેલા તત્વો તેમના યોગ્ય સ્થાનમાં પહોચાડે છે. અને બીનજરુરી પદાર્થોને ઉત્સર્ગ ક્રિયા મારફતે બહાર ફેંકી દે છે. અને જ્ઞાન શક્તિ વડે જ્ઞાનેન્દ્રિયો તથા મન, બુધ્ધિ, ચિત વગેરે કાર્યશીલ રહીને પોતપોતાનો વહીવટ ચલાવે છે.

આમ ચેતન અ આપણું મૂળસ્વરુપ છે. અને એ ચેતનમાંથી જ ત્રણેય શક્તિઓની ઉત્પતિ, વિકાસ અને વિસ્તાર થયેલ છે. તેમાથી ત્રણ ગુણ, પાંચ તત્વ, પચ્ચીસ પ્રકૃતિ વગેરે થઈને શરીરની રચના થઈ છે. તેમાં જ્ઞાનેન્દ્રિયો, કર્મેન્દ્રિયો, લોહી, હાડકા, માંસ, નાડીઓ અને ચામડી વગેરે તથા પાંચ પ્રાણ અને અંતઃકરણ વગેરેનું સર્જન, પાલન, વિસર્જન ઉપરોક્ત ત્રણે શક્તિઓ ધ્વારા થતું રહે છે.

એ ત્રણે શક્તિઓ આત્મા (ચેતન) માંથી ઉત્પન્ન થઈ છે અને આત્માના તેજ વડે ચાલે છે. પરંતુ આત્મામાં કોઈ પણ પ્રકારનો ફેરફાર થયેલ નથી. સહસ્ત્રદળ કેન્દ્ર આત્માના તેજથી પ્રકાશી રહયું છે અને તેના તેજ વડે જ ત્રિગણાત્મક શક્તિઓ કાર્ય કરી રહેલ છે.

હવે જો આપણે પોતાના મૂળસ્વરુપને પામવું હોય તો આપણી ઇન્દ્રિયો મારફતે અને અંતઃકરણ મારફતે બહીર્મુખી થઈને વિખરાયેલી શક્તિઓને તથા નાભિ સ્થાન પાસે સુશુપ્ત રહેલી કુંડલીની શક્તિ (અજાગૃત મન) ને જાગૃત કરીને બધી શક્તિઓને આજ્ઞાચક્ર પાસે કેન્દ્રગામી કરીને સહસ્ત્રદળ કેન્દ્રમાં રહેલા આત્મા (સદાશિવ) સુધી લઈ જવાની હોય છે. ત્યાં આત્મામાં લીન થવા (ભળવા) થી જ પોતાના સ્વરુપમાં સ્થિત થયા કહેવાય. અને એ જ આપણા સ્વરુપનો સાક્ષાત્કાર કરવાથી ખોટા પકડાયેલ અહંકારમાંથી મુક્ત થઈને મૂળ સ્વરુપ આત્મામાં સ્થિત થવાય ત્યારે આપણું કલ્યાણ થાય.

આમ કરવા માટે પહેલા **સૂરતા** સાધવી પડે. સૂરતા એટલે **જ્ઞાનેન્દ્રિયો મારફતે વહેતી ચેતના** અને **મન મારફતે વિચારો, કલ્પનાઓ વગેર** મારફતે **બહીર્મુખી થતી ચેતનાઓને એક દોર કરીને અંતરમુખી થાય** ત્યારે **તેને સૂરતા કહેવાય.** એ સૂરતા ધ્યાન ધ્વારા અંતરમુખી થઈને જ્યારે આજ્ઞા કેન્દ્રમાં સ્થિત થાય ત્યારે પ્રાણો પણ શાંત થાય છે. ત્યારે પ્રાણની શક્તિઓ પણ ત્યાં આજ્ઞા કેન્દ્રમાં સ્થિર થશે. આમ થવાથી કંઠથી નીચ આવેલા શરીર (ધડ) માં પ્રાણ બંધ પડશે, ત્યારે અનાયાસે સુશુપ્ત રહેલી કુંડલીની શક્તિ એકાએક પોતાની મેળાએ જાગૃત થઈને

પ્રાણમાં રુપાંતર થાય છે. અને શરીરને જરુરી પ્રાણશક્તિ પહોચાડે છે. અને ઉર્ધ્વગામી થઈને સુક્ષ્મણાની નાડી મારફતે આજ્ઞા કેન્દ્ર પાસે પહોચી જાય છે. એવી મનુષ્યના શરીરમાં કુદરતી રીતે જ રચના થયેલી છે. (જેમ વીજળીનો મેઈન પાવર સપ્લાય બંધ થાય ત્યારે ઇનવર્ટર – પ્રાઈવેટ બેટરી સપ્લાય ચાલુ થઈ જાય છે તે જ રીતે.)

આમ ત્રણ શક્તિઓ જેમ કે...

૧. મન અને ઇન્દ્રિયોની ચેતના કે'તા સૂરતા – જ્ઞાનશક્તિ

૨. પાંચે પ્રાણોની શક્તિઓ ગતિશક્તિ

૩. કુંડલીની શક્તિ પ્રણવનાદની સર્જનશક્તિ

સૂરતા – નામ – વચન : –

એટલે કે મન, પવન અને બ્રહ્મ ત્રણેયનું આજ્ઞા કેન્દ્ર પાસે મિલન થાય ત્યારે ત્રિવેણી સંગમ થયો કહેવાય. આમ બધી શક્તિઓ ભેગી થાય ત્યારે **આજ્ઞા કેન્દ્રથી સહસ્ત્રદળ તરફ જવાની યોગ્યતા** આવે છે. જ્યારે ત્રણેય શક્તિઓ ભેગી થાય છે ત્યારે તે બંકનાળ મારફતે આજ્ઞાકેન્દ્રના એક છેડે મોટા મગજથી બીજા છેડાએ આવેલા નાના મગજ તરફ બંકનાળ (વાંકા-ચુંકા માર્ગ) મારફતે ગતિ કરે છે. નાનુ મગજ પાણીમાં તરતું હોય છે. તે સ્થાનને ત્રિકુટીનું કેન્દ્ર પણ કહે છે.

આમ કુંડલીની શક્તિ કે'તા વચનરુપી પાલખીમાં મનરુપી સૂરતા બેસી જાય અને નામ કે'તા અનાહતનાદની દોરી પકડી રાખે તો આજ્ઞા કેન્દ્રથી ત્રિકુટીના કેન્દ્ર સુધી ગતિ કરતા ચિતમાં (કારણ દેહ, વાસનિક દેહમાં) રહેલા સંચિત કર્મોનો નાશ થઈ જાય છે અને સૂરતાનું રુપાંતર કુટસ્થ બ્રહમમાં (શુધ્ધ આત્મામાં) થાય છે. ત્યારે બ્રહમ દૃષ્ટિ ખીલે છે. કે જેને બ્રહમરંધ્ર પણ કહે છે. અને તે દૃષ્ટિ વડે જ સહસ્ત્રદળમાં રહેલ સદાશિવના દર્શન થઈ સકે છે. અને આમ દર્શન કરવાથી જ કાળ અને માયામાંથી મુક્તિ મેળવીન પરમપદને પામીને પોતાનું કલ્યાણ કરી સકાય છે.

નોંધ : ૧. અંતઃકરણમા રહેલી બુધ્ધિને પ્રાકૃતિક બુધ્ધિ કહે છે.

૨. આજ્ઞાકેન્દ્રમાં સૂરતા પહોચે ત્યારે તે બુધ્ધિમાં પ્રકાશ થઈને વધુ જ્ઞાનવાળી બુધ્ધિને પ્રજ્ઞાવાળી બુધ્ધિ કહે છે.

૩. ત્રિકુટી પહોંચીને બ્રહમદૃષ્ટિથી જ્યારે પરમ આત્માના દર્શન કરવાથી જે જ્ઞાનવાળી બુધ્ધિ થાય છે, ત્યારે તેને ઋતંભરા બુધ્ધિ કહેવામાં આવે છે.

મનની ચોથી અવસ્થા : તુરિયા માટેની સમજ

પરમાત્માની પ્રકૃતિનું જે સર્જન છે તેમાં મનુષ્યના દેહનું સર્જન સર્વોતમ છે. તે સર્વગુણ સંપન્ન છે. આખા બ્રહમાંડની જેવી રચના છે, તેવી આબેહુબ સુક્ષ્મરુપે મનુષ્યના દેહની છે. તેથી

"પીન્ડે સો બ્રહ્માંડે" એમ કહેવાય છે. દેહનું સંચાલન મનથી જ થાય છે. માટે તેને મનુષ્ય કહેવામાં આવે છે.

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય જાગૃત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિ એમ ત્રણ અવસ્થા ભોગવે છે. અને સુખી કે દુખી થાય છે. અવિદ્યાને કારણે હું, મારું, રાગ, ધ્વેષ, ભય-ચિંતા, વિષયો-વિકારો, વગેરેના બંધનોમાં સપડાય જાય છે અને જન્મ-મરણના ચક્કરમાં પડી જાય છે. પણ જો જ્ઞાન-વૈરાગ્યનો અભ્યાસ કરીને ચોથી અવસ્થા એટલે કે તુરિયા સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરીને તેમાં ધ્યાન-સમાધિનો અભ્યાસ કરીને પોતાના નિજસ્વરુપ આત્મામાં સ્થિત થઈને જીવનમુક્તિ પામી, કાયમના સુખ-સંતોષ, શાંતિ, આનંદ વગેરે મેળવીને આખરે નિર્વાણ પદને પામે છે.

હવે આ અગત્યની ચોથી અવસ્થા એટલે કે તુરિયા સ્થિતિ એટલે શું? અને તે અવસ્થામાં રહીને કેવી રીતે અભ્યાસ કરવો? **તે જાણવા માટે આપણાં શરીરની રચના થોડી સમજી લેવી જરુરી છે.** આપણાં ચાર શરીરો **સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ, કારણ અને મહાકારણ** ડુંગળીના ફોતરાની જેમ એકબીજા સાથે સંયુક્ત થયેલા છે અને **એકબીજાના આધારે ટકી રહયાં છે.** આ ચારેય શરીરોમાં **મન જુદા જુદા અભિમાન ધરીને જુદી જુદી સ્થિતિમાં રહીને જુદાં જુદાં વિચાર, વાણી, વર્તન કરે છે.**

૧. **જાગૃત અવસ્થા** : જ્યારે મન સંકલ્પ કરીને, વિશ્વરુપનું અભિમાન ધરીને જેમ કે પુરુષ-સ્ત્રી, હિન્દુ-મુસ્લીમ-શીખ-ઈસાઈ, પટેલ, વકીલ, ડોક્ટર, વગેરે કાંઇક બનીને પ્રાકૃતિક જગતમાં ઈન્દ્રિયો ધ્વારા વિષયો ભોગવે છે કે વિચાર, વાણી, વર્તન કરે છે. તેને જાગૃતિ કહે છે.

૨. **સ્વપ્ન અવસ્થા** : જ્યારે મન, ઇન્દ્રિયો કે તેના વિષયોથી પર થઈને વૈશ્વિક અભિમાન છોડીને, પ્રાકૃતિક જગતથી પર થઈને તેજસ અભિમાન ધરીને પોતાની અવિધા શક્તિની મદદથી કોઈ બીજા જ માયાવી જગતની રચના કરીને તેમા તેજસ રુપે રાચે છે, તે સ્થિતિને સ્વપ્ન કહે છે.

૩. **સુષુપ્તિ** : જ્યારે મન જાગૃત કે સ્વપ્ન બને અવસ્થા અને તેના ધરેલા અભિમાન છોડીને હૃદય કેન્દ્રમાં પ્રાણની સાથે લય પામીને શાંત થઈ જાય છે. તેને સુષુપ્તિ કહે છે. તે સ્થિતિમાં મન પૂર્ણ રીતે અજ્ઞાન હોય છે. માટે મનની તે અવસ્થાના અભિમાનને પ્રાજ્ઞ કહેવાય છે.

૪. **તુરિયા સ્થિતિ** : જ્યારે મન, જાગૃત, સ્વપ્ન અવસ્થાથી પર થઈને હૃદય કેન્દ્રમા જઈને પ્રાણ સાથે લય ન પામતા જાગૃત રહે છે ત્યારે મન પરમ જાગૃત સ્થિતિમાં હોય છે. તે ઇન્દ્રિયાતિત સ્થિતિમાં બ્રહમનું અભિમાન ધારણ કરે છે. ત્યારે તે સ્થિતિમાં મનની વૃતિને સૂરતા કહે છે. માત્ર સૂરતા વડે જ દિવ્યશ્રવણ (અનાહતનાદ), દિવ્ય પ્રકાશ, અમીરસ, દિવ્ય સુગંધ (કસ્તુરીની વાસ), દિવ્ય

શીતળતા વગેરેનો અનુભવ કરીને આનંદ પામે છે. તે સ્થિતિને મનની તુરિયા અવસ્થા કહેવાય છે. તે સ્થિતિમાં મન સૂરતા રુપે રહીને ધ્યાન, ભજન, સમાધિ વડે જ્ઞાન વૈરાગ્ય પ્રાપ્ત કરે છે. અને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

શરીર : સ્થૂળ, સુક્ષ્મ, કારણ, મહાકારણ.

મન : જાગૃત, અર્ધજાગૃત, અજાગૃત, પરમજાગૃત (સૂરતા).

વાણી : વૈખરી, મધ્યમાં, પશ્યંતી, પરાવાણી.

કાર્ય : જાગૃતિમાં – વિચાર, વાણી, વર્તન.

સ્વપ્નમાં – સ્વપ્નો રચવા, કપોળ કલ્પના કરવી.

સુષુપ્તિમાં - ધ્યાન, સમાધિ અને આત્મવિચાર.

આ ઈન્ડ – પીન્ડ કે બ્રહ્મમાંડ કંઈ ન હતું ત્યારે માત્ર સુક્ષ્મતાથી સુક્ષ્મ ચૈતન્ય ધન હતું કે જે ત્રિકાળા બાધિત છે. કાયમનું સત્ય છે તેને પરમાત્મા કે પરાત્પર બ્રહમ કહે છે. તેના સહજ સ્વભાવથી જ્યારે તેમા વિઘટનાત્મક ઘટના બને છે, ત્યારે એક સાથે જ ત્રણ ત્રિગુણાત્મક શક્તિઓનો આવિષ્કાર થાય છે. પરમાત્મામાંથી ત્રણ શક્તિઓનું સ્ફૂરણ થાય છે.

૧. નાદબ્રહ્મ, સ્પંદન રુપે વિસ્તાર પામે છે, તે સર્જન શક્તિ ચિતી શક્તિ ઓમકાર રુપે વચન.

૨. ઊર્જા, પ્રાણ રુપે વિસ્તાર પામે છે. તે ગતિ **શક્તિ – પ્રાણ શક્તિ – હંસો રુપે (પવન) નામ.**

૩. પ્રકાશ – વિમર્શ, વસ્તુને પ્રકાશે છે અને તેનું જ્ઞાન પણ આપે છે. તે જ્ઞાન શક્તિ ચેતન રુપે મન (અંતઃકરણ).

જ્યારે ચેતનનો વિસ્ફોટ થાય છે ત્યારે મૂળ ધ્વની (કે જેને પ્રણવ નાદ – ચિતી શક્તિ – મૂળ વચન કહે છે) ઉત્પન્ન થાય છે. તે ધ્વનિનું સ્પંદનોમાં રુપાંતર થઈને વિસ્તાર પામે છે. તે સ્પંદન શક્તિ વડે ભિન્ન-ભિન્ન પ્રકારના સર્જન થયા કરે છે.

મૂળ ધ્વનિ સાથે જ મૂળ ઊર્જા શક્તિ, વિશ્વાનર પ્રાણ શક્તિ પણ ઉત્પન્ન થાય છે. તે પ્રાણ શક્તિ વડે સર્જન થયેલ વસ્તુનો વિકાસ થાય છે. અને મૂળમાં ઉત્પન્ન થયેલ જ્ઞાન શક્તિ વડે તે વસ્તુનું પાલન થાય છે. આમ મૂળ ચેતનમાંથી આવિષ્કાર પામેલી ત્રિગુણાત્મક શક્તિ વડે પ્રકૃતિનુ સર્જન, પાલન અને વિસર્જનની પ્રક્રિયા થતી રહે છે. (તે **સમષ્ટી** રુપ – **બ્રહ્મમાંડ** તરીકે ઓળખાય છે.)

વ્યષ્ટી રુપે આપણા શરીરની રચના પ્રથમ **શુક્રાણુ સાથેનું બુંદ** સ્ત્રીના **ગર્ભાશયમાં** હોય ત્યારે **સ્ત્રીની ચિતી શક્તિ** (કુંડલીની) **ક્રિયાશીલ થઈને બુંદમાંથી ક્રમબધ્ધ રીતે બાળકનું પૂર્ણરુપે સર્જન કરે છે.** તે સર્જન થયેલ બાળક જ્યારે અવતરણ (જન્મ) પામે છે, ત્યારે માતાની

કુંડલીની શક્તિ સાથેનું જોડાણ કાપી નાખવામાં આવે છે. અને હવામાં રહેલ પ્રાણ શક્તિ સાથે શ્વસન તંત્ર મારફતે જોડાણ ચાલુ કરી આપવામાં આવે છે. અને **બાળકમાં નાભિ પાસે ચિતી શક્તિ સુષુપ્ત અવસ્થામાં વિધમાન હોય છે.** આમ સર્જન પામેલા બાળકનો વિકાસ પ્રાણ શક્તિ મારફતે અને પાલન પોષણ ધ્વારા જ્ઞાન શક્તિ ધ્વારા થાય છે. અને સમય જતા આખરે પ્રાણ શક્તિ સાથેનું જોડાણ જ્યારે કપાય જાય છે, ત્યારે શરીરનું વિસર્જન થાય છે. (જેને પ્રાણ પંખેરુ ઊડી ગયું કે મૃત્યુ થયું તેમ કહેવામા આવે છે.)

આમ **પરમ ચૈતન્યમાંથી ઘટનાત્મક વિઘટન ધ્વારા ત્રિગુણી શક્તિ ઉત્પન થઈ** અને **તેમાંથી પ્રકૃતિ થઈ** અને તે **પ્રકૃતિ સાથે જે વ્યાપક ચેતન છે તે** ભળે છે. **ત્યારે પ્રકૃતિ સાથેના ચેતનને પુરુષ કહે છે.**

પુરુષ અને **પ્રકૃતિના મિલનને સાંખ્યયોગ** કહે છે. કોઈ તેને **જડ-ચેતન** તરીકે તો કોઈ તેને **શિવ-શક્તિનો યોગ** કહે છે. આમ **પુરુષના અને પ્રકૃતિના યોગથી જ સર્જન, પાલન, થાય** છે. અને **વિયોગથી વિસર્જન થાય** છે. **સાંખ્યયોગના સિધ્ધાંત** પ્રમાણે **ઈશ્વર જેવું કોઈ જુદું** અલગથી **કોઈ અસ્તિત્વ નથી** પણ **મૂળ અસ્તિત્વમાં અવ્યક્તરુપે પ્રકૃતિ રહેલી જ હોય છે.** જેમ મયુરના ઈન્ડાના રસમાં મોરલો અવ્યક્ત રુપે રહેલ છે. પણ યોગ્ય સમય થતાં તે રસમાંથી મોરનું પ્રાગટય થાય છે. જેમ વૃક્ષના બીજમાં પણ વૃક્ષ અવ્યક્ત રુપે રહેલ છે. પણ જમીન, પાણી અને સમયનો યોગ થતાં બીજમાંથી વૃક્ષનુ પ્રાગટય થાય છે. તેવી જ રીતે યુગે યુગે અસ્તિત્વમાંથી બ્રહમાંડનું પ્રાગટય થાય છે. વિકાસ થાય છે અને વિસર્જન થાય છે. ત્યારે સુક્ષ્મરુપે (અવ્યક્તરુપે) અસ્તિત્વમાં સમાય જાય છે કે લય પામી જાય છે. આવી રીતે સમષ્ટી બ્રહમાંડની ઉત્પતિ, સ્થિતિ અને લય થયા કરે છે. એ સિધ્ધાંત બ્રહમાંડ અને દેહના પીન્ડને સરખો જ લાગુ પડે છે. માટે "પીન્ડે સો બ્રહમાંડે" કહેવાય છે.

હવે આપણાં **મૂળ વિષય તુરિયા સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા માટે મનની વૃતિને સૂરતામાં રુપાંતર કરવા માટેનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો તે વિષે જાણીએ.**

જ્યારે મન પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્માના વિચાર છોડીને પ્રકૃતિ કે માયાના વિચાર મારફતે ઈન્દ્રિયો સાથે રહીને પોતાની ચેતના (તન્માત્રા) વડે **બહીર્મુખી થઈને રાચે** છે ત્યારે **મનની વૃતિને પ્રાકૃતિક કે માયાવી વૃતિ કહે છે.** પણ જો પાતાની ચેતનાને પોતાના મૂળ સ્વરુપ આત્મા તરફ જવા માટે **અંતરમુખી બનાવીને,** જગતના વિષયો તરફથી પાછી વાળીને આત્મા તરફ જ રાખવામાં આવે તો **તે મનની વૃતિને સૂરતા કહે છે.** જ્યારે જાગૃત સ્વપ્ન કે સુષુપ્તી ત્રણે અવસ્થાથી પર થઈને **ચોથી અવસ્થા તુરિયામાં હોય છે, ત્યારે મનની વૃતિને સૂરતા** કહે છે.

પાંચેય જ્ઞાનેન્દ્રિયોના વિષય ભોગવવા માટે મન પોતાની ચેતનાનું વિષયોની તન્માત્રામાં રુપાંતર કરીને તે વિષયોને ભોગવે છે. આમ મન પોતે જ માયા કે પ્રકૃતિના વિચારો કે કપોળ કલ્પનાઓ કરવી કે સ્વપ્નાઓ રચવામાં **પોતાની ચેતનાને બીનજરુરી વેડફી નાખે છે.** તે **વ્યય**

થતી ચેતનાને અટકાવીને પાછી આત્મા તરફ વાળવી તેને યોગની ભાષામાં **પ્રત્યાહાર** કહે છે. પ્રત્યાહાર થયેલી **પાંચેય જ્ઞાનેન્દ્રિયોની તન્માત્રાની ચેતના** અને **મનની વિચાર મારફતે જતી ચેતનાનો એકદોર કરીને કોઈ એક જ વિષય ઉપર ધારણા ધ્યાન સમાધિ કરવાની ક્ષમતાવાળું મન થાય** ત્યારે **યોગની ભાષામાં** તેને **સંયમી** મન કહે છે. અને **સંતો ભક્તો તેને સૂરતા કહે છે.** ત્યારે **મનની જે અવસ્થા હોય છે તેને તુરિયાવસ્થા કહે** છે.

જ્યારે **મન સંયમી કે સૂરતામાં રુપાંતર** થાય ત્યારે જ તેના માટે ચોથી અવસ્થામાં દાખલ થવાના ધ્વાર ખુલે છે. અને આમ તુરિયાવસ્થામાં દાખલ થઈને અભ્યાસ ધ્વારા તેમાં રહેલી પરમ શક્તિ (અજાગૃત મન) ને ઉજાગર કરીને તે શક્તિ વડે પોતાનું કલ્યાણ કરી શકે છે.

જીવના કલ્યાણ માટેની જરુરી સમજ

હવે આપણે મનને સંયમી કે સૂરતામાં કેવી રીતે રુપાંતર કરવું તે વિષેની માહિતી આગળ આત્મસાક્ષાત્કાર – અનુભવ વાણીના વર્ણનમાં વિસ્તારથી સમજાવવામાં આવેલ છે. તે રીત અથવા તો બીજી કોઈ પણ અનુકૂળ રીતે સાધના કરીને સૂરતાને સૌ પ્રથમ સાધી લેવી ખૂબ જ જરુરી છે. મન સૂરતા રુપે થવાથી અંતરમુખી થઈ જાય છે. બહારના વિષયો અને અંદરના કપોળ કલ્પનાઓના વિચારોમાંથી મુક્ત થઈને એકાગ્રતા કેળવીને સંયમી બની જાય છે અને તે વડે ધ્યાન સમાધિ કરીને પોતાના મૂળ આત્માસ્વરુપમાં સ્થિત થાય છે અને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

સૂરતા સાધીને તુરિયા (ચોથી) અવસ્થમાં રહીને પોતાના સ્વરુપને પામવાની અનેક પ્રકારની સાધનાઓ ભારતમાં પ્રચલિત છે. તેમાં નીચે મુજબની મુખ્ય છે.

૧. **જ્ઞાનયોગ** : વિવેક, વૈરાગ્ય અને ષટ સંપતિ (સમ, દમ, ઉપરતી, તિતિક્ષા, શ્રધ્ધા અને સમાધાન) અને મુમુક્ષુભાવ, એમ ચતુશ સાધન વડે સૂરતાને સાધીને શ્રવણ, મનન અને નિદિધ્યાસ વડે સ્વરુપમાં સ્થિત થવું.

૨. **ધ્યાન યોગ** : પાંતજલ સૂત્રોમાં સમાધિપદમાં ચિતવૃતિનો નિરોધ કરીને મનને સંયમી બનાવીને ધ્યાન સમાધિ વડે અભ્યાસ કરીને વશિકાર વૈરાગ્ય અને આખરે પર વૈરાગ્યની સ્થિતિ કેળવીને નિજસ્વરુપમાં સ્થિતિને પામવાનો ઉલ્લેખ છે. અને સાધન પાદમાં પણ યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયમ અને પ્રત્યાહાર કરીને મનને અંતરમુખી કરી સંયમી બનાવીને ચોથી અવસ્થામાં ધ્યાન સમાધિ વડે સ્વરુપ સાધી લેવાનું બતાવેલ છે.

૩. **કર્મયોગ** : શ્રીમદ ભગવદ ગીતમાં શ્રી કૃષ્ણે અર્જુનને સહજ સમાધિમાં રહીને વિચાર, વાણી, વર્તન કેમ કરવા (નિષ્કામ ભાવે) એટલે કે મનની વૃતિઓને વિષયોમાંથી પાછી વાળીને આત્મામાં સ્થિત કરવાનો બોધ અધ્યાય ૨ (બે)

સ્થિતપ્રજ્ઞતાના લક્ષણોમાં શ્લોકો નં. ૫૪ થી ૭૨ માં સુંદર રીતે વર્ણન કરવામાં આવેલ છે. કે વૃતિને અંતરમુખી કરીને બ્રહ્મકાર કેવી રીતે કરવી.

૪. **અષ્ટાવક્ર ગીતામાં** પણ અષ્ટાવક્ર મુનિ જનક રાજાને બોધ આપતા કહે છે કે પ્રકૃતિના બધા વિષયોને વિષ સમાન સમજીને તેમા વૈરાગ્ય કેળવીને પોતાના નિજસ્વરુપ આત્મામાં સ્થિતિ પામીને વિદેહ મુક્તિ મેળવી લેવી. તેવો ઉલ્લેખ પ્રકરણ – ૧ માં સૂત્રો ૧ થી ૨૦ માં કરવામાં આવેલ છે.

૫. **વિપશ્યના** : બૌધ્ધ ધર્મીઓની વિપશ્યનાની સાધનામાં પણ મનની વૃતિઓને પ્રાણની સાથે જોડી રાખવામાં આવે છે જેના પરિણામે મનોવૃતિ શુધ્ધ સ્થિર થઈ એકાગ્રતાથી ધ્યાન સમાધિ કરી નિર્વાણ પદને પામે છે.

૬. **હઠયોગ** :હઠયોગીઓ પણ સૂર્યનાડી અને ચંદ્દનાડીથી ચાલતા પ્રાણ-અપાનમાં મનને પરોવીને અભ્યાસ ધ્વારા કુંડલીની શક્તિ જગાડીને સિધ્ધિઓ ને પામે છે.

૭. **સંતવાણી** : કબીરસાહેબ અને અનેક સંતો-ભક્તો પણ ગુરુમંત્રનો જાપ જપી સૂરતા સાધીને અજપા જાપમાં રહીને ભજન, ધ્યાન, સમાધિ ધ્વારા આખરે ઉન્મુની અવસ્થા કેળવીને મહાશૂન્યમાંથી પસાર થઈને સચખંડમાં શૂન શિખરે પહ્ચવાની વાત કરે છે.

૮. **અજપા ગાયત્રી** : યોગીઓ પણ હંસ કે સોહમમંત્રની ઉપાસના વડે મનની વૃતિઓને અંતરમુખી બનાવીને અજપા જાપ વડે સ્વરુપમાં સ્થિત થવાનું કહે છે. તેને અજપા ગાયત્રી પણ કહે છે.

હવે ફરી પાછા આપણે મૂળ વિષય પર આવીએ.

ઉપરોક્ત બતાવેલી કોઈ પણ અનુકુળ આવે તે રીત અપનાવીને સૌ પ્રથમ સૂરતા સાધી લેવી કે મન સંયમી બનાવી લેવું અને ચોથી તુરિયામાં દાખલ થઈને તેમાં કેમ આગળ વધવું તે જોઈએ. તેમા આગળ વધાવામાં મનના મળ, વિક્ષેપ અને આવરણ કેમ હટાવવા (દૂર કરવાં).

૧. **મનના મળ : –**

અવિધા, અસ્મિતા, રાગ, ધ્વેષ, અને અભિનિવેશ (જડતાપણું).

મારા અનુભવ પ્રમાણે જ્યારે સૂરતા શબ્દનો અભ્યાસ ભ્રકુટી કેન્દ્દમા રહીને કરવાથી મન કે'તા સૂરતા શબ્દમાં લીન થઈને શબ્દનું રુપ ધારણ કરી લે છે. એટલે કે સબળ બ્રહ્મરુપે બને છે. તે સ્થિતિને યોગની ભાષામાં સવિતર્ક કે સવિચાર સમાધિ કહે છે. આમ સૂરતા શબ્દનો કાયમ અભ્યાસ કરવાથી ધીમે ધીમે બધા મળ ધોવાય જશે અને મન નિર્મળ થઇ નિર્વિચાર સ્થિતિમાં આવી જશે. અને વશીકાર વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થશે.

૨. **બુધ્ધિના વિક્ષેપો : –**

રોગ, માનસિક જડતા, સંશય(સંદેહ), **પ્રમાદ**(અભ્યાસ તરફ બેકાળજી), **આળસ, આસક્તિ, મિથ્યા જ્ઞાન, આર્થિક નબળાઈ**(ગરીબાઈ). **આ** નવ? **વિક્ષેપો સાધનામાં આગળ વધવામાં વિઘ્ન લાવે છે.**

મારા અનુભવ પ્રમાણે નૂરતાને સૂરતા શબ્દની સાથે જોડી દેવાથી ધ્યાન સમાધિમાં પ્રકાશના માર્ગે આગળ વધતા આજ્ઞા કેન્દ્રમાં નૂરતા-સૂરતા શબ્દને એકાગ્ર કરીને ધ્યાન સમાધિનો અભ્યાસ કરવાથી બુધ્ધિ દિવ્યપ્રકાશવાળી એટલે કે પ્રજ્ઞાવાન બની જશે ત્યારે પ્રાકૃતિક બુધ્ધિના બધા વિક્ષેપો દૂર થઈ જશે. તે સ્થિતિમાં જે સમાધિ અવસ્થા હોય તેને આનંદ સમાધિ, અસ્મિતા સમાધિની સ્થિતિ કહે છે. (યોગની ભાષામાં)

આમ સૂરતા શબ્દનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં આજ્ઞા કેન્દ્ર સુધી પહોચીને મનના મળ અને બુધ્ધિના વિક્ષેપો દૂર કર્યા હવે બાકી રહેલી, ચિતમાં ભરાય પડેલી તૃષ્ણાઓ, આશાઓ, સુક્ષ્મ વાસનાઓ, સંસ્કારો વગેરેથી ઉત્પન્ન થયેલી મુખ્ય પાંચ વૃતિઓ.

૧. સમ્યક જ્ઞાન

૨. મિથ્યા જ્ઞાન

૩. કલ્પના

૪. ઊંઘ

૫. સ્મૃતિઓ

આ ચિત વૃતિઓનો નિરોધ કરવા માટે **નિર્મળ** થયેલા **મનની ચેતના** શક્તિ **સ્થિર થયેલા પ્રાણની ચેતના** શક્તિ અને **જાગૃત થયેલ કુંડલીની ચેતના** શક્તિ. આ ત્રણેય શક્તિનો જ્યારે આજ્ઞા કેન્દ્રમાં મિલાપ થાય છે, ત્યારે મહાશક્તિમાં રુપાંતર થઈને ત્રિકુટીમાં દાખલ થઈને તેના કેન્દ્રમાં (ત્રિકુટીના કેન્દ્રમાં) ધ્યાન સમાધિના અભ્યાસ ધ્વારા ચિતવૃતિઓનો સંપૂર્ણપણે નિરોધ થઈ જાય છે. એ મારો અનુભવ છે. યોગની ભાષામાં અસંપ્રજ્ઞાત સમાધિ દરમ્યાન નિર્વિકલ્પ, નિર્બીજ સમાધિ તરીકે ઓળખાય છે. ચિત સંપૂર્ણ નિર્બીજ થઈને ચિદાકાશમાં રુપાંતર પામે છે, ત્યારે મન કુટસ્થ બ્રહમનું રુપ ધારણ કરે છે. આખું અંતઃકરણ બ્રહમાકાર થઈ જાય છે. તે સ્થિતિમાં બુધ્ધિને ઋતંભરા કહે છે. ત્યારે સહસ્ત્રદળમાં પ્રકાશી રહેલ સદાશિવના દર્શન કરીને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે. ત્યાર બાદ સમાધિમાં આગળ વધીને સચખંડમાં દાખલ થઈને સમાધિ કરે છે. તે સમાધિને ધર્મમેઘ કહે છે.

યોગની ભાષામાં કહીએ તો મન સંયમી બનીને ચોથી અવસ્થા, તુરિયામાં, રહીને ધ્યાન ધ્વારા સવિતર્ક, સવિચાર, આનંદ, અસ્મિતા, -સમાધિ એમ ચાર સમાધિ ધ્વારા સંપ્રજ્ઞાત સમાધિમાં રહીને નિર્વિકલ્પ, નિર્બીજ ધ્વારા પર વૈરાગ્ય કેળવીને છેલ્લે ધર્મમેઘ સમાધિ ધ્વારા સચખંડમા દાખલ થાય છે. ત્યાર બાદ કોઈ પણ પ્રયાસ વગર સહજ સમાધિમાં રહીને પોતાનું શેષ જીવન પસાર કરીને નિર્વાણપદ, પરમપદ, કે મોક્ષગતિને પામે છે.

સારરુપે જોઈએ તો પહેલી ત્રણ જાગૃત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિ શરીરનું પાલન પોષણ અને જીવન વહેવાર ચલાવવા માટે ખૂબ જ ઉપયોગી છે. પરંતુ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવા માટે ચોથી તુરિયા અવસ્થામાં જ રહીને અભ્યાસ થઈ શકે છે. અને પૂર્ણ રીતે યોગ્ય અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય પ્રાપ્ત કરીને આપણાં મૂળબ્રહ્મસ્વરુપમાં એક રુપ થઈને અક્ષયપદને પામી શકાય છે.

આત્મસાક્ષાત્કાર

(આત્મ દર્શન – આત્મજ્ઞાન)

આપણે જે કોઈ વિષય કે વસ્તુનું જ્ઞાન મેળવવું હોય, તો મનને તે વસ્તુ સાથે જોડવાથી કે ઓતપ્રોત (તાદાત્મય) કરવાથી આપણને તે વસ્તુનું અનુભવજન્ય જ્ઞાન થાય છે.

જ્ઞાતા – જ્ઞેય – જ્ઞાન

આમાં મનને **જ્ઞાતા** કહેવાય, વિષય કે વસ્તુને **જ્ઞેય** કહેવાય, જ્ઞાતાને જ્ઞેય સાથેનો યોગ થવાથી જે કાંઇ અનુભવ થાય તેને તે વિષયનું **જ્ઞાન** થયું કહેવાય.

આવી જ રીતે ... **ધ્યાતા – ધ્યેય** અને **ધ્યાન**

દૃષ્ટા – દૃષ્ય અને **દર્શન** વિષે પણ એમ સમજવું.

ધ્યાનથી વસ્તુનું દર્શન થાય છે અને દર્શનથી તેના વિષેનું જ્ઞાન થાય છે. આમ ધ્યાનનો જે વિષય હોય તે વિષેનું જ્ઞાન મન (ધ્યાતા) ને થાય છે. અને જો ધ્યાનનો વિષય આત્માનો હોય, તો ધ્યાન પૂર્ણ થવાથી આત્મદર્શન થાય છે. અને આત્મદર્શન થવાથી આત્મજ્ઞાન થાય છે. માટે આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવો હોય તો મનને આત્મા સાથેનો યોગ સાધવો જરુરી છે.

હવે આત્મા સાથેનો યોગ કેળવવા માટે મન સંયમી (સૂરતા રુપે) થયેલું હોવું જોઈએ.

જ્યારે મનની **સ્થિરતા, શુધ્ધતા** અને **જાગૃતતા** ત્રણે એકી સાથે બને ત્યારે મન સંયમી બન્યું કહેવાય. **પણ મન હમેશા** જાગૃત દશામાં ઇન્દ્રિયો મારફતે બહીર્મુખી થઈને જુદા જુદા પદાર્થ કે વિષયોમાં ચંચળતાથી ફરતું રહે છે અને ઇન્દ્રિયો સાથે ન હોય ત્યારે પણ જુદા જુદા પદાર્થ કે વિષયોના વિચારો, કપોળ કલ્પનાઓ કે સ્વપ્નાઓ રચીને દેહદશામાં અસ્થિર રહે છે. જ્યારે મન પોતાના શુધ્ધ સ્વરુપને ભૂલીને હું, પુરુષ, સ્ત્રી, હિન્દુ, બ્રાહ્મણ, ડોકટર, વકીલ, ખેડૂત કે વેપારી વગેરે કંઇક હોવાપણાના ખોટા ખ્યાલ સાથે સંકલ્પ-વિકલ્પ કરતું હોય છે ત્યારે મલિન થઈ જાય છે. તથા મનમાં પોતાનામાં પણ મળ રુપે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર, ભય, ચિંતા વગેરે અનેક દોષો પણ રહેલા હોય છે. અને આખા દિવસના પરિશ્રમમાંથી થાકીને જ્યારે મન આરામ કરવા માટે સુષુપ્ત (ઊંઘ) અવસ્થામાં જાય છે, ત્યારે હૃદય કેન્દ્રમાં પ્રાણ સાથે લય પામીને શાંત થઈ જાય છે.

હવે જો મનને સંયમી બનાવવું હોય તો સ્થૂળ દેહ, સુક્ષ્મ દેહ, અને કારણ દેહથી મુક્ત કરવું જોઈએ. કારણ કે સ્થુળ દેહમાં હોય છે ત્યારે અસ્થિર હોય છે. સુક્ષ્મ દેહમાં રહેવાથી મલિનતા આવે છે. અને કારણ દેહ પ્રાણમાં ભળી જવાથી જાગૃતતા ગુમાવી બેસે છે.

પણ યોગ સાધના વડે ત્રણેય જાગૃત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિ અવસ્થામાંથી મુક્ત કરીને મનની સ્થિરતા શુધ્ધતા અને જાગૃતતા સાધીને સંયમી બને છે. ત્યારે ચોથી અવસ્થા (તુરિયા) માં રહીને આત્માનું ધ્યાન ધરવાને યોગ્યતા કેળવે છે. (મન ધ્યાન ધરનાર ધ્યાતા છે.)

હવે આપણે ધ્યેયરુપ આત્મા વિષે જોઈએ. તો આપણા **શરીરમાં આત્મા** ચેતન રુપે, **વ્યાપક, નિર્ગુણ, નિરાકાર** અને **અપ્રગટ** રુપે રહેલ છે. તો એને ધ્યાનનો વિષય (ધ્યેય) કેમ બનાવવો?

આપણા શરીરમાં હૃદય કેન્દ્ર કે અનાહત કેન્દ્ર કે શ્વાસોચ્છવાસનું આંતરિક કુંભક સ્થાન આવેલ છે. તે કેન્દ્ર સ્થાન ઊપર યોગ્ય અભ્યાસ કરવાથી આપણો આત્મા નાદરુપે પ્રગટ થાય છે. **એ વિષેનું વિજ્ઞાન સમજીએ** તો આપણે જ્યારે શ્વાસ લઈએ છીએ ત્યારે અપાન વાયુમાં ચેતન ભરપુર હોય છે. તે અપાન કુંભકના સ્થાને પૂર્ણ રીતે લય થયા હોય અને તેનું રુપાંતર હજુ પ્રાણ શક્તિમાં થયેલ ન હોય તે સમયગાળા દરમ્યાન અપાનની ચેતના શક્તિ તથા મન પણ અપાન સાથે મંત્રના શબ્દથી જડાયેલ હોવાથી મનની ચેતના અને કેન્દ્રમાં ધ્યાન ધ્વારા આંતર દૃષ્ટિની ચેતના આમ ત્રણે ચેતનાનો જથ્થો એક જ કેન્દ્રમાં મલવાથી છે. હવે જ્યારે શીરાકાશમાં અનાહતનાદ સૂરતા વડે સંભળાવા લાગે છે ત્યારે મન પૂર્ણ રુપે અંતરમુખી થઈ જાય છે. તે અંતરમુખી મનને જ સૂરતા કહે છે.

હવે આજ્ઞા કેન્દ્રને એટલે કે કપાળ ઊપર જ્યાં ચાંદલો કરે છે તે જગ્યાએ સૂરતા વડે નાદનું શ્રવણ કરવું અને અંતર દૃષ્ટિ વડે નાદનું સ્વરુપ કેવું છે તે નિરખવા માટ ધ્યાન કરવું. આમ નૂરતાથી નિરખવું અને સૂરતાથી શ્રવણ કરવું. તે કેન્દ્રમાં જ નૂરતા–સૂરતા વડે સતત અભ્યાસ કરતા રહેવાથી ધ્યાનની ગહેરાઈ વધતી જશે અને ધીમે ધીમે નાદની સાથે ઝાંખો પ્રકાશ પણ દર્શાવા–દેખાવા લાગશે અને નિયમીત અભ્યાસ કરવાથી ચંદ્રના જમીન પર પડતા પ્રકાશ જેવો ઘેરો પ્રકાશ દેખાવા લાગશે. આમ ઉત્તરોત્તર અભ્યાસના પ્રતાપે ધ્યાનની ઊંડાઈ વધતી જશે તેમ તેમ પ્રકાશની તિવ્રતા પણ વધતી જશે અને જ્યારે સૂર્ય પ્રકાશમાં ધોળી ધજા જેવી પ્રકાશિત થાય તેવો પ્રકાશ દેખાવા લાગે ત્યાં ધ્યાનનું કેન્દ્ર બનાવીને નૂરતા અને સૂરતાની ચેતનાને શબ્દ (નાદબ્રહ્મ) માં સ્થિર કરવી. અને એકાગ્રતાથી ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવો. આમ કાયમ અભ્યાસ કરવાથી ધ્યાન અખંડ રુપે ચાલવા લાગશે. અને જ્યારે ધ્યાન ખંડીત થયા વગર એકધારું અડધી કલાકથી વધારે થવા લાગશે ત્યારે ધ્યાનનું સમાધિમાં રુપાંતર થઈ જશે. (આવી રીતે નિયમિત અભ્યાસ કરવાથી ધ્યાન દરમ્યાન પ્રાણનો વપરાશ એકદમ ઘટી જાશે. પ્રાણનું બાહીક–બાહ્ય કુંભકનું સ્થાન અને આંતરિક કુંભકનું સ્થાન એક લાઈનમાં આવી જશે. તેમા સાધકે કોઇ

પ્રયત્ન કે ખાત્રી પણ કરવાની જરુર નથી. આ માત્ર જાણ માટે લખેલ છે કે આવી પ્રક્રિયા ધ્યાન દરમ્યાન પોતાની મેળે થતી રહે છે.) અને કુંડલીની શક્તિ પોતાની મેળાએ જાગૃત થઈને તે ચિતિશક્તિનું પ્રાણની ચેતનામાં રુપાંતર થઈને સુક્ષ્મણા નાડી મારફતે આજ્ઞાચક્રમાં ધ્યાન કેન્દ્રમાં ભળે છે ત્યારે ત્યાં નૂરતાની ચેતના, સૂરતાની ચેતના તથા ચિતિશક્તિ – સર્જન શક્તિ – બ્રહ્મા – આ બધી શક્તિઓ એક સાથે મળીને મહાશક્તિમાં રુપાંતર થાય છે, ત્યારે નાદમાં પણ ફેરફાર થાય છે. (શરુઆતમાં ઝાંઝરી, ઘંટડી, ઝાલરી, તમરાં, તુરાં વગેરે હોય છે. બાદમાં બધી શક્તિઓ મળવાથી ચેતનની તિવ્રતા-ઘનતા વધી જવાથી નાદ પણ ઘંટનાદ, શંખનાદ, મેઘગર્જના, મોરલી, વીણા વગેરે જેવા ઘેરા નાદનું શ્રવણ થવા – સંભળાવા લાગે છે.) અને તે કેન્દ્રમાં પ્રકાશ પણ ઉગતા સૂર્યના પ્રકાશ જેવો સોનેરી કલર જેવો જ્યોતિ સ્વરુપે અનુભવાય છે. તેને આત્મજ્યોત પણ કહેવાય. કે આત્માના દર્શન થયા કે આત્મ સાક્ષાત્કાર થયો તેમ પણ કહેવાય. અને તેમ થવાથી આપણી બુધ્ધિમાં પણ આત્મપ્રકાશ થવાથી બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બને છે એટલે તેને આત્મજ્ઞાન થયું કહેવાય. આમ આત્મજ્ઞાન (અનુભૂતિનુ અપરોક્ષ જ્ઞાન) થવાથી પોતાના વિષેનો સંકલ્પ કરીને ખોટો ખયાલ અજ્ઞાનતાના કારણે ભ્રાંતિથી જે ધારી લેવામાં આવેલો અહંકાર તે બ્રહ્મનું રુપ ધારણ કરે છે. અને પોતે સબળ બહ્મરુપે કે આત્માસ્વરુપે રહીને પરમાત્માના દર્શન કરવા માટે આત્મસ્થિતિ કે બ્રહ્મદશામાં રહેવા સિવાય કોઈ બીજા પ્રયત્નો કરવાના રહેતા નથી. પણ પ્રક્રિયાના ભાગરુપે ધ્યાન સમાધિની ગહેરાઈ વધતી જશે અને સમય આવ્યે બ્રહ્મરંધ્ર, દશમો ધ્વાર કે ત્રીજું નેત્ર ખુલી જશે અને માનસરોવરમાંથી નાહીને શાંભવી મુદ્રા કે ઉન્મુનિ અવસ્થામાં સહસ્ત્રદળમાં બિરાજમાન સદાશિવના દર્શન કરીને પોતાનું કલ્યાણ કરી લેશે.

પરમાત્મા સહસ્ત્રદળમાં		
આત્મા આજ્ઞાકેન્દ્રમાં		
ચિતિશક્તિ	**ગતિશક્તિ**	**જ્ઞાનશક્તિ**
સર્જનશક્તિ	**પ્રાણ**	**સૂરતા-નૂરતા**
બ્રહ્મા	**પવન**	**મન**

આમ ત્રણેય શક્તિઓ ભેગી થવાથી પોતાના મૂળ આત્મસ્વરુપે થઈને આખરે જેમ સૂર્યનું કિરણ સૂર્યમાં સમાય તેમ આત્મા, પરમાત્મા સાથે એકરુપ થાય છે.

૨૫ સમાપન

મારી દોહિત્રી, ડો. હેત્વીએ મને જે વિષય ઊપર લખવા માટે નિમિત બનાવ્યો, તેના જવાબ રુપે આ ઉતરપોથી છે. મારી આ ઉતરપોથીમાં સદગુરુનો સત્સંગ, સંતોની વાણી અને સતશાસ્ત્રોના સમાગમમાં રહીને જ્ઞાન તથા તેનું વિજ્ઞાન સમજીને અને તે પ્રમાણે આશરા ધર્મ બજાવતા બજાવતા સદગુરુના ઉપદેશ પ્રમાણે ક્રમબધ્ધ સાધના કરતા કરતા આંતરિક અને બાહ્ય જે કાંઇ અનુભવ થયા અને એ અનુભવોને હું જે રીતે સમજયો છું અને મારા જીવનમાં સ્વીકારેલું છે તે જ આ અનુભવ વાણી છે.

આમ પણ જોઈએ તો દરેકના મૂળભૂત સવાલ જેમ કે હું કોણ છું? મારી ઉત્પતિ કેવી રીતે થઈ? હું ક્યાંથી આવ્યો? મારે ક્યાં જવાનું છે? મારું આ સ્વરુપ શું છે? જીવન શું છે? જીવન સુખ, શાંતિ, સંતોષપૂર્વક જીવવા માટે શું કરવું જોઈએ. જીવનમાં બંધનો અને મુક્તિ શું છે? પરમ સત્ય શું છે? વિજ્ઞાન પણ આ જ પ્રશ્નો ઉકેલવા પ્રયત્નો કરે છે. વિજ્ઞાને બાહ્ય જગતને ધ્યાનમાં રાખીને શરુઆત કરેલી આજે તે પણ જટીલ સમસ્યાઓને ઉકેલવા આંતરિક ખોજ – ઊંડાણથી અભ્યાસ કરીને આગળ વધે છે. એક દિવસ જ્યારે આજનું વિજ્ઞાન તેની ઊંચાઈ પર હશે ત્યારે આ જ રહસ્યો તે પણ શોધી કાઢશે તેમાં કોઈ શંકા નથી. મને આ આંતર વિજ્ઞાન – આત્મજ્ઞાન સદગુરુદેવની કૃપાથી પ્રાપ્ત થયું છે. દરેકને સરળતાથી સમજાય અને જાતે અભ્યાસ કરી શકે તે રીતે શબ્દોમા રુપાંતરિત કરીને રજુઆત કરવાની કોશિષ કરેલ છે. તેમાં ભાષાની દૃષ્ટિએ વાક્ય રચના કે વ્યાકરણની દૃષ્ટિએ ભૂલો ચોક્કસ હશે. તો તે ભૂલોને સુધારી લેવા વિનતી. અને જ્ઞાનદૃષ્ટિએ ખરો અર્થ – મર્મ સમજવાની કોશિષ કરશો એટલી અપેક્ષા તો જરુર રાખી શકું ને?

મિત્રો, આપ સર્વે આત્મસ્વરુપ જ છો! માત્ર અહંકારનો પડદો હટાવવાની જરુર છે. પડદો હટતા તમે પણ સ્વીકારશો કે તમે પણ નિજ સ્વરુપ એવા આત્મામાં જ સ્થિત હતા! તો આ વાતને સમજવા કે સમજાવવા માટ શક્ય તેટલી જુદી જુદી રીતે કોશિષ કરેલ છે.

આધ્યાત્મિક જ્ઞાન એ આંતરિક વિજ્ઞાન જ છે. અલગ અલગ વિષયોના વિશેષ જ્ઞાનને વિજ્ઞાન કહે છે. જ્યારે વિષયના સમગ્ર પાસાઓને આવરી લઈને તેની પૂર્ણ જાણકારી અનુભવથી સિધ્ધ કરીને જણાવવી તેને જ્ઞાન – તત્વજ્ઞાન – બ્રહ્મજ્ઞાન કહેવાય. ભાષાની મર્યાદા સ્વીકારું છું.

દરેક વિષય-વસ્તુને સમજવા શબ્દોનો ઉપયોગ કરવો પડે છે. આપણે સુવાક્યો જોઈએ છીએ જેમ કે ૐ-ના અનેક અર્થ છે. હવે મુશ્કેલી શરુ થઈ. તો આધ્યાત્મિક ભાષામાં વપરતા શબ્દો જેવા કે આત્મા, ચેતન, મન, સૂરતા, બ્રહ્મ, નાદ, નામ, વચન, મંત્ર, ગુરુ, સ્મરણ, ધ્યાન, ભજન, જાપ, અજપા જાપ, પ્રાણ, ઈંગળા, પિંગળા, પૂરક, રેચક, કુંભક, સુક્ષ્મણા, કુંડલીની, ત્રિકુટી, ભ્રકુટી, આજ્ઞાકેન્દ્ર, ઈશ્વર, સહસ્ત્રદળ, બ્રહ્મા, વિષ્ણું, મહેશ, જીવ, શિવ, હંસ, પણવ, ઓમકાર, વગેરે વગેરે અનેક શબ્દોના શબ્દાર્થ, ભાવાર્થ લક્ષ્યાંક અને ગુઢાર્થ સમજાવવાની કોશિષ કરેલ છે. અને તેનું જ્ઞાન અને વિજ્ઞાનની રીત બતાવેલી છે. અને સિધ્ધ થઈ ગયેલ અનેક સંતો, ભક્તો કે સત શાસ્ત્રોની વાણીનો આધાર લઈને પણ સમજાવવાની કોશિષ કરેલ છે.

તો મિત્રો, પહેલી વાર વાંચતાની સાથે કે પ્રયોગ કરતાં જો ન સમજાય તો નિરાંતે બે ત્રણ વખત વાંચીને બરાબર સમજીને મનન, ચિંતન કરી, યોગ્ય રીતે સુક્ષ્મ બુધ્ધિમાં બેસાડી લેવું. આમ કરવાથી સમજણની ઘડી બરાબર બેસી જશે. ત્યાર બાદ મનના રુપાંતર માટે સૂરતા શબ્દનો, સહજ યોગનો પ્રયોગ શરુ કરવો કે જેથી સરળતાથી યોગ સાધી શકાય. અને જે મન અહંકાર ધરીને બંધનમાં પડેલું છે તે જ મન આત્મા સ્વરુપે થઈને નિર્વાણને પામે. (સાધનાની રીતમા બતાવ્યા મુજબ).

માટે હવે સ્વ ઈચ્છા મુજબ, જો અનુકુળ આવે તો, સમજ પૂર્વક નિયમિત અભ્યાસ ચાલુ કરો કે જેથી વૈરાગ્ય હૃદયમાં પ્રગટ થવા લાગશે. આમ અભ્યાસ અને વૈરાગ્યની મદદથી ક્રમબધ્ધ મનનું રુપાંતર થશે. જેમ કે પહેલા સૂરતામાં ત્યાર બાદ નામ રુપે સગુણબ્રહમમાં. ત્યાર બાદ કુટસ્થ બ્રહમમાં. કુટસ્થ બ્રહમ એ જ આપણો આત્મા છે. તે કાળ અને માયાથી પર છે. ત્યાં અહંકારનું કોઈ સ્થાન નથી. આમ મનનું અહંકારથી મુક્ત થઈને નિજ સ્વરુપ આત્મામાં રુપાંતર થશે. અને કાયમના સુખ, શાંતિ મેળવીને નિર્વાણપદને પામો એવી શુભેચ્છા. આપ સૌ મિત્રો અખંડ આનંદ, બ્રહમાનંદ, પરમાનદ માણો. જો કંઈ બરાબર ન સમજાય તો અનુભવીનો સંપર્ક કરી ચોખવટ કરી લેવી જરુરી છે.

છેલ્લે વિરામ પામતા પહેલાં, સર્વ દાતા સદગુરુ દેવનો જય હો... જય જયકાર હો...

જેની ત્રિગુણાત્મક શક્તિ એટલે કે ...

સર્જન શક્તિ રુપે : બ્રહ્મા
જ્ઞાન શક્તિ રુપે : વિષ્ણુ
ગતિ શક્તિ રુપે : મહેશ

આ ત્રણેય શક્તિઓ કાયાનગરીમાં પોત-પોતાનું કાર્ય સંભાળી રહયા છે. અને આ નગરીમાં રાજા એવા જીવાત્મારામ પોતે પણ મહારાજા એવા પરમાત્માનું ધ્યાન ધરે છે.

(ગુરુ એટલે મહાન અને લધુ – શિષ્ય એટલે નાન)

અને અંતમા પૂરાણોમાં – સત શાસ્તોમાં પણ કહેવામા આવ્યું છે કે ...

ગુરુ બ્રહ્મા, ગુરુ વિષ્ણુ, ગુરુ દેવો મહેશ્વર
ગુરુ સાક્ષાત પરિબ્રહ્મ, તસ્મેય શ્રીગુરુવે નમઃ
અખંડ મંડલા કારમ, વ્યાપ્ત એન ચરાચરમ
તત પદમ દર્શીતમ યેન તસ્મેય શ્રી ગુરુવે નમઃ
એકમ નિત્યમ વિમલ મયલમ સર્વદા સાક્ષી ભૂતમ
ભાવાતિતમ ત્રિગુણ રહીતમ સદગુરુ ત્વમ નમામિ

અને છેલ્લે સર્વ જીવોને નમસ્કાર કરી સર્વે બ્રહમ સ્વરુપ પ્રાપ્ત કરો તેવી ભાવના સાથે વિરમું છું.

દાસાનું દાસના
સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ,
જય ભગવાન.

૨૬ લેખકનો પરિચય અને જીવન વિકાસ.

પરિશિષ્ટ ૧.

પુસ્તકનું સમાપન તો થઈ ગયું. સાધક વાચક મિત્રોનું રહસ્ય તો એમ જ રહયુ. લેખક કોણ હતા? એમનો ઉદભવ, વિકાસ અને વિસ્તાર કેવી રીતે થયો? એના સમાધાન માટે પરિશિષ્ટ ઉમેરવું જરુરી જણાતાં તે ઉમેરવામાં આવેલ છે.

લેખકનો પરિચય

સનાતન ધર્મના હિન્દુ સંસ્કાર ધરાવતી પટેલ જ્ઞાતીના ભડાણિયા કૂળમાં સાધારણ ખેતીવાડીનો ધંધો કરતા પિતાશ્રી કરમશીભાઈ તથા માતા શ્રીમતિ નંદુબાઈની કૂખે મારા સ્થૂળ દેહનો જન્મ તાઃ ૨૯-૧૨-૧૯૪૨ ના રોજ સૌરાષ્ટ્રના જામનગર જીલ્લાના જામજોધપુર તાલુકાના નાના એવા જામવાલી ગામે થયો, મારા માતુશ્રી તો ખૂબજ દયાળુ અને ધાર્મિક સ્વભાવવાળા હતા. પોતે અભણ છતાં વિવિધ ધર્મ શાસ્ત્રોનું જ્ઞાન ધરાવતા હતા. બાલ્યાવસ્થામાં અમન સંતો-ભક્તો તથા દેવી દેવતાઓની કથા-વાર્તાઓ સંભળાવતા અને અમારી પાસે રામાયણ-ભાગવતનું વાંચન કરાવતા અને શિખામણ આપતા કે ધર્મથી ઢૂકડા રહેવું અને પાપથી છેટા રહેવું. જીવનમાં નીતિનું પાલન કરવું અને બને તો બીજાનું ભલું કરવું. અહીયા આપણું કંઇ નથી. બધું ભગવાનનું છે. ઈ ભગવાન આપણા ભેળો છે. એનામા શ્રધ્ધા રાખવી. કોઈની સાથે વેર-ઝેર ન કરવાં. બધા સાથે સંપીને રહેવું. ગમે તેવા સંજોગો હોય તો પણ ભગવાનને ભૂલવા નહી. સવારે ઉઠતાની સાથે અને સાંજે સૂતા પહેલાં પાંચ મિનિટ ભગવાનનું નામ સ્મરણ કરી લેવું. આમ, નાનપણથી જ મારા હૃદયમાં ભક્તિભાવના સંસ્કારોનું સિંચન ખૂબજ સારી રીતે અને સહજતાથી થયેલ. એ સદગુણો મારા માટે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવામાં ખૂબ જ ઉપયોગી નિવડયાં. આમ માતૃદેવો ભવઃનું સૂત્ર મારા જીવનમાં સાર્થક થયેલ છે.

ગુજરાત યુનિવર્સિટિમાંથી બી.ઈ. (ઈલેક્ટ્રીકલ) ની પદવી ૧૯૬૮ માં મેળવી વિધાભ્યાસ પૂર્ણ કરેલ. વર્ષ ૧૯૬૯ માં તે સમયના ગુજરાત ઈલેક્ટ્રીસીટી બોર્ડમાં નોકરી સ્વીકારી. વર્ષ ૧૯૭૦ માં સૌ. ઉષા સાથે લગ્નગ્રંથિથી જોડાઈને ગૃહસ્થ જીવનની શરુઆત કરેલ.

વર્ષ ૧૯૭૭ માં જામખંભાલિયા ખાતે જી.ઈ.બી.માં ફરજ દરમ્યાન એક દિવસ સલાયાથી પી.આઈ. શ્રી જાડેજા સાહેબે ફોન કરી જાણ કરી કે તમને બાલયોગી મહારાજશ્રી મળવા માગે છે. તો તમે તાત્કાલિક મારે ત્યાં આવો.

વાત આગળ વધારતા પહેલા, માફ કરજો, મારા માતા-પિતા તથા પરમ ઉધ્ધારક બાલયોગીશ્રીનો ફોટો સાદર પરિચય માટે રજુ કરું છું.

:: માતૃદેવો ભવ ::



માતુશ્રી નંદુબાઈ કરમશીભાઈ ભડાણિયા

:: પિતૃદેવો ભવ ::



પિતાશ્રી કરમશીભાઈ ઘરમશીભાઈ ભડાણિયા

:: અતિથી દેવો ભવઃ ::



પરમ પૂજ્ય બાલયોગી
(મૌનીબાબા)



સંત ચરણરજ
દિલસુખ ભડાણિયા

હું પરમ પૂજ્ય બાલયોગીશ્રીને ક્યારેય મળ્યો નહોતો અને એમનો પરિચય પણ નહોતો. પરંતુ હું સલાયા પહોચી ગયો. તેમના દર્શન કર્યા. અને ત્યાં અગરબતીનો ધૂપ ચાલુ હતો તેમાથી બે-ત્રણ ધૂપસળી મારા હાથમાં લઈ મેં યોગી મહારાજશ્રીનું હૃદયપૂર્વક આરતી-પૂજન કરીને દંડવત પ્રણામ કર્યા. તેઓએ મને પોતાની સામે બેસાડીને મારા મસ્તક ઊપર હાથ મુકીને આશીર્વાદ આપ્યા.

ત્યારે હું ખૂબ જ ભાવવિભોર થઈ ગયેલ. મારી આંખોમાંથી અશ્રુની ધારાઓ વહેતી હતી. આખા શરીરમાં સુક્ષ્મ કંપારી અનુભવાતી હતી. હું કાંઈ પણ બોલી શકું કે કરી શકું એવી સ્થિતિમાં ન હતો. આશરે દસેક મિનિટ આવી શૂન-મન અવસ્થા અનુભવાણી. ત્યાર બાદ યોગી મહારાજશ્રીએ મને પાણી આપ્યું. પાણી પીધા બાદ પૂર્ણ સ્વસ્થ થઈને ઊભો થયો ને ફરીથી તેઓશ્રીને પ્રણામ કર્યા તથા ત્યાં હાજર રહેલા બધાં ધર્મપ્રેમી ભાઈઓને પણ પ્રણામ કર્યા. બાદમાં બાલયોગીશ્રીએ મને પોતાની બાજુમાં બેસાડયો. ત્યારે મારા હૃદયમાં ખૂબ જ આનંદ અનુભવાતો હતો. આવું અલૌકિક સ્નેહ-મિલન જોઈને ત્યાં ઉપસ્થિત ભાઈઓ પણ ભાવ વિભોર થયેલ અને પોતાની ખૂશી-આનંદ વ્યક્ત કરેલ. હું બાલયોગીશ્રીને દશ મિનિટ માટે જ મળવા ગયેલ પણ આનંદમાં ને આનંદમાં સત્સંગમાં દશ કલાક વિતી ગયાં પણ તેમનાથી જુદા પડવાની કોઈ ઈચ્છા થતી નહોતી.

આ દરમ્યાન તેઓશ્રીએ બે વખત પોતાની બાજુમાં બેસાડીને મારી જમવાની થાળી તૈયાર કરીને ભોજન કરાવેલ. અમે બને જાણે કે એકબીજાને વરસોથી ઓળખતા હોઈએ એવી આત્મીયતા બંધાઈ ગઈ અને જીવનમાં ક્યારે પણ ન ભૂલી શકાય તેવો યાદગાર પ્રસંગ બની ગયો.

ઉપરોક્ત પ્રસંગના એકાદ મહિના બાદ જ્યાર જામખંભાળિયા મુકામે યોગી મહારાજશ્રીની રાહબરી નીચે દ્વિકોટી ગાયત્રી યજ્ઞનું આયોજન થયું ત્યારે મને સતત ત્રણ મહિના સુધી બાલયોગીશ્રીના સાનિધ્યનો લાભ મળેલ. દિવસ કે રાત જ્યારે મને સમય અનુકુળ થતો ત્યારે હું તેમની પાસે પહોચી જતો. બાલયોગીશ્રીમાં દિવ્ય શક્તિઓ પ્રગટરુપે વિલસી રહી હાય તેવો મને અહેસાસ થતો હતો. જેમ લોહચુંબકના ચુંબકીય ક્ષેત્રમાં લોખંડનો ટૂકડો દાખલ થાય તો તેમા પણ ચુંબકત્વ અનુભવાય તેવી જ રીતે હું પણ બાલયોગીશ્રીના સંપર્કમાં જતો ત્યારે આનંદ અનુભવતો. મારા શારીરિક અને માનસિક બધા થાક ઉતરી જતા. હૃદયમાં શાંતિ વર્તાતી. તેઓ સાક્ષાત આનંદ સ્વરુપ હતા તેવું મને અનુભવાતું. આમ બાલયોગીશ્રીના સાનિધ્ય સિવાય બીજા કોઈ પણ પ્રયત્ન કર્યા વગર અનાયાસે મારા અંતઃકરણનું રુપાંતર સાહજીક રીતે થવા લાગ્યું.

દ્વિકોટી ગાયત્રી યજ્ઞ ૧૪ દિવસ સુધી ચાલેલો. જ્યારે યજ્ઞની પૂર્ણાહુતિ તે દિવસે બાલયોગી મહારાજશ્રીએ મને અને મૂળજીભાઈને (કે જેઓ એ યજ્ઞ માટે તન-મન-ધનથી સેવા

કરેલી) પોતાની પાસે બોલાવીને ભગવા વસ્ત્રો ધારણ કરાવેલ અને કહેલું કે જ્યાં સુધી પૂર્ણાહુતિ ન થાય ત્યાં સુધી હું કહું તેમ કરવાનું અને મારી પાસે જ રહેવાનું.

કારણ કે મારી દૃષ્ટિએ આ યજ્ઞના યજમાન તમે બન્ને છો. જગતની દૃષ્ટિએ ધ્વારકાધીશન યજમાન તરીકે સ્વીકારેલ છે. તો તેમની સૂચના મુજબ અમે બન્ને અનુસરવા લાગ્યા.

યજ્ઞની પૂર્ણાહુતિ ચાલતી હતી ત્યારે પાંચ તત્વોના દેવોએ જાણે હાજરી પૂરાવી હોય તેવો અહેસાસ થતો હતો. જેમ કે બાપુએ બનાવેલી પૂર્ણાહુતિની યજ્ઞવેદીમાં તેમની સૂચના મુજબ અમે જાડા-પાતળા લાકડા ગોઠવ્યા. ત વેદીનું બાપુએ પૂજન કર્યું અને કોઈ પણ જાતના બાહિક અગ્નિની મદદ વગર યજ્ઞ વેદી પ્રગટાવેલી. થોડી વારમાં પવનની ગતિ વધવા લાગી અને ખુલ્લા આકાશમાં વાદળો પણ ઘેરાવા લાગ્યાં. ને ધીમી ધારે વરસાદ પણ વરસવા લાગ્યો. ત્યારે બધાને (૭૦ થી ૮૦ હજાર દર્શનાર્થીઓને) યજ્ઞની સફળતાનો અહેસાસ થયો અને સર્વત્ર આનંદ વર્તાણો.

ત્યાર બાદ જ્યારે અમે બાલયોગી મહારાજશ્રી સાથે ઉતારે ગયા ત્યારે તેઓશ્રીએ અમને કહયું કે શાસ્ત્રોક્ત વિધિ પ્રમાણે યજ્ઞ કરતાં ભૂદેવે, યજમાનની ઈચ્છા ફળીભૂત થાય તેવા આશિર્વાદ આપવાના હોય છે. માટે તમે બને તમારી મનવાંછિત ઈચ્છા રજુ કરો. ત્યારે મૂળજીભાઈ તેમની ઈચ્છા રજુ નહોતા કરી સકતા. તેમના વતી મેં કહયું કે બાપુ તેમને સંતાનમાં છ પુત્રીઓ છે પણ પુત્રની ઈચ્છા સંતોષાણી નથી અને હવે ડોક્ટરોના કહેવા મુજબ શક્યતા પણ નથી.

ત્યારે બાપુએ મુળજીભાઈ સામે જોયું તો તેઓએ પોતાનું માથું હલાવીને ઈચ્છાની સંમતિ આપી. ત્યારે અડધી મિનિટ માટે આંખો બંધ કરીને બાદમાં આશીર્વાદ આપતાં બાપુએ કહયું કે, “એક વર્ષમાં તમારી ઈચ્છા પૂરી થશે.” ત્યાર બાદ મને પણ વરદાન માંગવાનું કહયું કે, “હું કલ્યાણના માર્ગે આગળ વધું અને મારું કલ્યાણ થાય તેવા આશીર્વાદ આપો.” ત્યારે તેઓશ્રી ધ્યાનમાં ઊંડા ઉતરી ગયા અને પાંચેક મિનિટ બાદ કહેલ કે તમારા કલ્યાણ માટે હું નિમિત નથી પણ મારા આશીર્વાદ છે કે એક વર્ષના અંતે તમને સદગુરુનો યોગ થશે.

તેમના શરણે રહીને તેમના બોધ પ્રમાણે વર્તતા તમારું કલ્યાણ થશે. ત્યાં સુધી તમે અને મૂળજીભાઈ સવાર સાંજ ગાયત્રીના મંત્રજાપનું મનોમન રટણ કરતા રહેજો.

આમ બાલયોગીશ્રીના સાનિધ્ય, સહયોગ તથા દયા – કૃપાથી મારામાં આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવાના જરુરી ગુણોનો વિકાસ થયો અને સદગુરુના શરણે જવાને પાત્ર બન્યો.

બાલયોગીશ્રીના આશીર્વાદ મુજબ મૂળજીભાઈને ત્યાં પુત્રનો જન્મ થયો અને આ લખાય છે ત્યારે તેમના પુત્રને ત્યાં પણ પુત્ર પરિવાર છે અને આનંદ કરે છે. તે જાણ માટે.

બરાબર એક વર્ષ બાદ મેં પણ સંત શિરોમણી સદગુરુ શ્રીહરિરામબાપાનું શરણુ સ્વીકારી બોધ ગ્રહણ કર્યો: –

વર્ષ ૧૯૭૮ જાન્યુઆરીમાં જીઈબીના આંતર સર્કલ વોલીબોલ રમતની હરીફાઈ જામનગર ખાતે યોજાયેલી અને મારે જાગનગરની ટીમમાંથી રમવાનું હતું. તેથી ત્રણ દિવસ માટે હું ખંભાળિયાથી જામનગર આવેલ અને રણજીતનગરમાં મારા નાનાભાઈ (ડોક્ટર) ને ત્યાં ગયેલ. ત્યારે જાણવા મળેલ કે નજીકમાં જ સવાર-સાંજ સત્સંગ ચાલે છે. તેથી હું મારો સમય પસાર કરવા માટે ત્યાં ગયો અને મારી ઓળખાણ આપીને સત્સંગ સાંભળવા ત્યાં બેસી ગયો. મને ધ્યાનમાં રાખીને તેઓ સત્સંગ કરવા લાગ્યા. મને આનંદ આવ્યો અને જાણવા મળ્યું કે સંત બાપાશ્રી કોઈ ભક્તને ત્યાં પધારેલ છે.

હું સાંજે પણ સત્સંગમાં ગયો અને બીજે દિવસે બપોરના સમયે પણ ગયો. ત્યારે સંત બાપાશ્રીના નાના ભાઈ મહાત્માએ મને જાણ કરી કે બાપાશ્રી તરફથી સંદેશો છે કે કોઈ નવા આગંતુક સત્સંગ પ્રેમી આવ્યા હોય તો તેમને અમે જ્યાં રોકાયેલા છીએ ત્યાં મળી જવાનું કહેશો. તેથી હું રાજી થયો. અને મહાત્માની મદદથી સંત બાપાશ્રી – બાપાશ્રી જ્યાં રહેતા હતા ત્યાં પહોચી ગયો. તેમના દર્શન કરીને, ચરણ સ્પર્શ કરીને પ્રણામ કર્યા.

ત્યાં બાજુમાં બેઠેલા હતા તેમને પણ પ્રણામ કર્યા. હું તેમને ઓળખી ગયો કે તેઓ મારા ગણિતના પ્રોફેસર હતા. તેમણે પણ પૂછયું કે, તમે ભડાણિયા કે નહી? તમે બાપાશ્રીને ઓળખો છો? તમારે અત્યારે મારે ત્યાં આવવાનું કેમ થયું? આમ ઉપરા-છાપરી ચાર-પાંચ સવાલ પૂછી લીધા ત્યારે મેં જવાબ આપતા કહયું કે, હા, હું એ જ ભડાણિયા છું કે તમે મને કોલેજમાં ભણાવેલ છે. અત્યારે જીઈબીમાં ડી.ઈ. તરીકે ફરજ બજાવું છું. હું બાપાશ્રીની ઓળખાણ કરવા માટે આવેલ છું.

કારણ કે રણજીત નગરમાં જ્યાં સત્સંગ ચાલે છે ત્યાં ત્રણ વખત ગયો, ત્યારે ત્યાં સંતોની વાણી અને સત શાસ્ત્રોના આધારે સત્સંગ ચાલતો હતો. આત્મા-પરમાત્માની જ્ઞાન ચર્ચાઓ મને ખૂબ જ પસંદ પડી. ત્યાંનુ વાતાવરણ જોતા મને બાપાશ્રીને મળવાની ખૂબ જ ઈચ્છા થઈ હતી. ત્યારે તમારે ત્યાંથી સંદેશો આવ્યો એટલે હું બાપાશ્રીના દર્શને આવ્યો છું. ત્યારે મારી ભાવના અને જીજ્ઞાસા જોઈને બાપાશ્રીએ કહયું કે અમે પણ ભક્તિભાવનાવાળા જીજ્ઞાસુને આવકારીએ છીએ.

સારુ થય તમે અહી આવી ગયા. તમારે કંઈ પૂછવું હોય તો પૂછો. ત્યારે મેં કહ્યું કે બાપા હું અત્યાર સુધીમાં સમજ્યો છું કે ભગવાનની ભક્તિ કરવાથી કલ્યાણ થાય છે. તો તે વિષે સમજાવો કે ભગવાનની ભક્તિ કેમ કરવી? કે જેથી કલ્યાણ થાય છે.

ત્યારે બાપાશ્રીએ મારા પ્રશ્નને ધ્યાનમાં રાખીને સત્સંગ કરાવતા કહ્યું કે ભક્તિ કરવામાં ત્રણ વસ્તુની જરુર પડે.

૧. ભગવાન

૨. ભક્ત અને

૩. ભક્તિની રીત.

ભક્તિ બે પ્રકારની છે. એક **જડ ભક્તિ** અને બીજી **ચેતન ભક્તિ.** જડ ભક્તિમાં મૂર્તિ, છબી કે કોઈ પ્રતિકમાં ભગવાનનું આરોપણ કરીને મન તેની સામે નવધાની રીત પ્રમાણે ભક્તિ કરે છે. તો તેથી અચાર-વિચાર સુધરે, સદગુણો કેળવાય, પણ કલ્યાણ ન થાય. પણ કલ્યાણ ન થાય.

પણ કલ્યાણ માટે ચેતન ભક્તિ શ્રેષ્ઠ છે. સંતના શરણે જતાં ચેતન ભક્તિ વિષેના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની સાચી જાણકારી મળે. ચેતનમાં પ્રભુને ઓળખીને ભક્તિ કેમ કરવી? તે વિષેનું પોતાના અનુભવ પ્રમાણેનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન સત્સંગ ધ્વારા તેમના ભક્તને આપે અને ભક્ત તેમના ઉપદેશ પ્રમાણે આગળ વધે તો અંતે પોતાના સ્વરુપ એવા ચેતનનો અપરોક્ષ અનુભવ કરીને તેમા સ્થિત થઈને પોતાનું કલ્યાણ કરે છે.

આમ એકાદ કલાક સુધી ચેતન ભક્તિ વિષે સત્સંગ કરાવેલ અને મને કહ્યું કે આમા તમારા કોઈ પ્રશ્ન હોય તો પૂછો. ત્યારે મે કહ્યું કે ભક્તિ વિષેનું સાચું જ્ઞાન આજે મેં તમારી પાસેથી સાંભળ્યું. મને ખૂબજ આનંદ થયો. મારી ઘણીબધી ગેરસમજ દૂર થઈ. પણ એક પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થયો છે કે આપે ચેતન ભક્તિ શ્રેષ્ઠ બતાવી અને જડ ભક્તિ ગૌણ બતાવી. મને તો એવું સમજાય છે કે ચેતન કરતાં જડ પદાર્થમાં વધુ તાકાત છે.

જ્યારે ચેતનવાળી વ્યક્તિઓ એક કુવો ખોદતા હોય ત્યારે સખત પથ્થર આવે છે તો ચેતન ધરાવતી વ્યક્તિ તેને તોડીને બહાર કાઢી સકતી નથી પણ આપણે જેને જડ કહીએ છીએ તેવા ટોટાઓ ગમે તેવા સખત પથ્થરાઓને પણ તોડી નાખે છે. તો આ બાબતમાં મારા પ્રશ્નોનું સમાધાન કરાવો. ત્યારે મને સમજાવતા કહ્યું કેઃ – જુઓ તે ટોટાઓ ગોડાઉનમાં પડેલા છે. ત્યાં કંઈ કરી સકતા નથી. પણ તેને સખત પથ્થરોમાં હોલ પાડીને તેમા મુકવામાં આવે છે. પછી વાયર વડે કરંટ આપવાથી તેમાં શક્તિ પ્રગટ થાય છે. ત્યારે પથરાઓને તોડે છે.

તેવી રીતે આપણો આ દેહ પણ જડ પદાર્થ ટોટા જેવો છે. તેમા રહેલી દિવ્ય શક્તિઓ પ્રગટ કરવામાં આવે તો હજારો ટોટાઓ તે શક્તિ ધ્વારા બનાવી શકાય. જુઓ, દુધમાં ઘી રહેલું છે પણ દુધનો દીવો ન થાય. તેમાથી દહી બનાવીએ પણ દીવો ન થાય. દુધ, દહીં, માખણના લાભ મળે પણ તેનાથી અજવાળું ન થાય. પણ જો માખણને તાવીને ગરમ કરીને કીટુ-કસ્તર દૂર કરીને ઘી બનાવવામાં આવે અને તેમાં સુતરની વાટ મુકીને જ્યાં ચાલુ જ્યોત હોય તે સાથે લગાડીએ તો તેમાથી પ્રકાશ થાય.

તેવી જ રીતે જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની – વિધિની સમજણથી સ્મરણ, ધ્યાન, ભજન વગેરે કરીને આ દેહરુપી દુધમાંથી મંથન કરીને ચેતન જ્યોત પ્રગટાવવાથી આપણી બુધ્ધિમાં જ્ઞાન પ્રકાશ થાય અને બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બને તો આપણો આત્મા અને બ્રહ્મ એક રુપે થાય. અને આમ આપણુ કલ્યાણ થાય. આમ વિસ્તારથી આશરે બે કલાક સુધી સત્સંગ ચાલેલો. મને ખૂબજ આનંદ આવ્યો. અને મુમુક્ષુભાવથી મેં બાપાશ્રીને ફરીથી મળવાનો સમય માગ્યો. ત્યારે બાપાશ્રીએ જણાવેલ કે અમારુ તો આ ચોવીસે કલાકનું કામ છે.

તમને જ્યારે તમારા નોકરી ધંધામાથી ફુરસદ મળે ત્યારે તમે કોઈ પણ જાતની જાણ કર્યા વગર પણ આવી સકો છો. અમે હાજર હશું તો ચોક્કસ મળીશું. આમ મારા માટે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે આગળ વધવા જરુરી સંત સમાગમ અને સત્સંગના ધ્વાર ખૂલી ગયા. મને ખૂબ જ આનંદ થયો. મારે અવાર-નવાર જામનગર ડિવિઝન ઓફીસે જવાનું થતું તે દરમ્યાન ઓફીસનું કામકાજ પૂરું કરીને હું રઘુવીર સોસાયટીમાં સત્સંગના સ્થળે પહોચી જતો. ત્યારે બાપાશ્રી મને તેમના ઘરે બોલાવી લેતા અને મારે જરુરી હોય તેવો સત્સંગ કરાવતા. બાદમાં સાજનું ભોજન પણ તેમની સાથે કરાવતા. બાદમાં હું બાજુમાં જ આવેલ સત્સંગના સ્થાને જઈને સત્સંગી ભાઈઓ સાથે બેસીને સત્સંગ-ભજનનો લાભ લેતો.

સાંજની સભામાં બાપાશ્રી પણ આવી જતા અને સત્સંગ કરાવતા. રાત્રે દસ વાગ્યે ભજન-સત્સંગનો કાર્યક્રમ પૂરો થતો ત્યારે નાની ઓરડી હતી તેમાં મને બોલાવીને રાત્રિના બે વાગ્યા સુધી બાપાશ્રી મને સત્સંગ આપતા અન તેઓશ્રીની દિવ્યવાણી ધ્વારા મારા અંતઃકરણમાં અજ્ઞાનતાથી ભરાય પડેલા વિષયો, વિકારો, કલેશો, અવિધા, ભ્રાંતિ, વગેરે અવગુણોની સફાઈ થતી.

બાદમા હું તેમની રજા લઈને જામનગરથી ખંભાળીયા જતી રાત્રિના ત્રણ વાગ્યાની એસ.ટી. બસમાં જઈને ખંભાળીયા પહોચી જતો. આવી જ રીતનો દશ-બાર વખત બાપાશ્રીના સમાગમ અને સત્સંગનો મને અલૌકિક દિવ્ય લાભ મળેલ. બાપાશ્રી સાથે મારી ગાઢ પ્રીતિ બંધાઈ ગઈ. (આશરે છ માસના સમયગાળામાં.)

બાપાશ્રીએ વર્ષ ૧૯૭૮ ગુરુપૂર્ણિમાની રાત્રે મકાનની અગાસી ઉપર ખૂલ્લામાં પૂર્ણિમાની ચાંદનીના અજવાળે બેસીને આત્માનો અનુભવ કરવા માટે જરુરી ગુરુમંત્રનો બોધ અને તેનું જ્ઞાન-વિજ્ઞાન ચંદ્રની સાક્ષીમાં સમજાવેલ અને પોતાની સાથે બેસાડીને ગુરુમંત્રના છ શબ્દોને પ્રાણની સાથે ગોઠવીને મંત્રજાપ કેમ કરવો તેની રીત પણ બતાવેલી. ત્યારે મારા હ્રદયમાં બાપાશ્રી પ્રત્યે પૂજ્યભાવ થયેલો. ને બાપાશ્રીને મારા સદગુરુદેવ સમજીને પૂજન કર્યું અને પ્રણામ કરીને શરણે ગયો.

ત્યારે તેમણે પણ ખૂબ જ આનંદ સાથે મારો સ્વીકાર કર્યો. આમ અમે બને પવિત્ર ગુરુ-શિષ્યના શુભ સંબંધથી જોડાઈ ગયા. જેમ સૂર્ય અને પ્રકાશ. પાણી અને તેની શીતળતા. શેરડી અને તેની મીઠાશ જુદા ન પડી શકે. તેમ ગુરુ અને શિષ્ય જુદા ન રહી શકે. કાળ અને માયા પણ તે સંબંધને તોડી ન શકે તેવા હજારો વર્ષોથી ગુરુ શિષ્યના સંબંધની પરંપરા ચાલી આવે છે. તે લાભ મને સદગુરુની દયા કૃપાથી મળેલો. તેને વાણીથી વર્ણન કરવું કે શબ્દોથી લખવું કે બુધ્ધિથી સમજવું શક્ય નથી.

બોધ પ્રમાણે સ્મરણ, ધ્યાન, ભજન નિયમિત સત્સંગ પણ મળવા લાગ્યો. ૧૯૮૦ માં મારી બદલી જામનગર ખાતે થઈ તેથી નિયમિત સત્સંગ મળવા લાગ્યો. ધીમે ધીમે ખોટા વહેવાર તથા બિનજરુરી કાર્યોમાં લગાવ ઓછો થતો ગયો. કુરિવાજો અને અંધશ્રધ્ધામાંથી મુક્ત થતો ગયો. મનમાંથી રાગ, ભય, ક્રોધ, વગેરે દુર્ગુણો ઘટવા લાગ્યાં તેનો મને અહેસાસ થતો અને સદગુરુ તથા નામ-વચન અને આત્મા-પરમાત્મા તરફ ખૂબ જ લગાવ વધવા લાગ્યો.

આમ થવાથી મારું રોજબરોજનું કાર્ય પણ સરળતાથી થવા લાગ્યું. મારા નોકરીના કે વહેવારના અઘરા કાર્યો પણ સહેલાઈથી થઈ જતા અને તેનું પરિણામ મારી અપેક્ષા કરતાં પણ વધુ સારું આવતું. મારા વિચાર, વાણી, વર્તનમાં ઘણો બધો સુધારો થતો ગયો. તેના પરિણામ રુપ સંસાર-વહેવારમાં બધા સાથેના સંબંધો સુધરતા ગયા. મારી નોકરી જ એવા પ્રકારની હતી કે સવારના આઠ વાગ્યાથી સાંજના આઠ વાગ્યા સુધી કામ કર્યા કરું તો પણ ખૂટે નહી. તેમા પણ મને કંટાળો ન આવતો. મારા માટે તો મારી નોકરી પ્રયોગશાળા બની ગઈ. આવા સંજોગોમાં પણ હું રાત્રે ત્રણથી ચાર વાગ્યે નામ-સ્મરણ કરવાનું ચૂકતો નહી. ગમે તેવો થાક લાગ્યો હોય તો પણ સવારે એકદમ તાજગી અનુભવાતી.

વર્ષ ૧૯૮૫ માં બઢતી સાથે બદલીનો ઓર્ડર મને મળ્યો. તેમા નોકરીનું સ્થળ અંજાર (કચ્છ) હતું. તેથી બાપાશ્રીને જાણ કરી તો બાપાશ્રીએ કહયું કે કચ્છ આધ્યાત્મિક સાધના માટે ઉતમ સ્થળ છે. અત્યાર સુધી તમે અમારી આજ્ઞામાં રહીને સેવા-સ્મરણ કરીને અમારો રાજીપો મેળવી લીધો છે તો હવે સૂરતા શબ્દનો યોગ સાધીને અંદરના નિર્ગુણ જ્યોતિ સ્વરુપ ગુરુને પ્રગટ

કરીને તેનો પણ પ્રેમ મેળવી લ્યો અને સગુણ-નિર્ગુણને એક કરીને અનુભવી લ્યો. અમારા આશીર્વાદ હમેશા તમારી સાથે છે. સતનામમાં વિશ્વાસ-ભરોસો રાખવો. બધુ સારું થશે.

આમ જી.ઈ.બી.ના આદેશ મુજબ અને બાપાશ્રીના આશીર્વાદ સાથે અંજાર ડિવિઝન ઓફીસના કાર્યપાલક ઈજનેરનો ચાર્જ સંભાળી લીધો. નામ, સ્મરણ, ધ્યાનના અભ્યાસ વડે સધાઈ ગયેલી મારી સૂરતાનો એક છેડો અનાહતનાદ સાથે અને બીજો છેડો અંતઃકરણ સાથે જોડાયેલ રહેવાથી જાગૃત અવસ્થામાં રોજ-બરોજના મારા વિચાર, વાણી, વર્તન અનાયાસે દિપી ઉઠતા અને ચોથી તુરિયાવસ્થામાં અવનવા અનુભવો સાથે આંતરિક વિકાસ થવા લાગ્યો.

અને ધ્યાનની ત્રીજી ભૂમિકાએ આજ્ઞાચક્રમાં મારી સૂરતા શબ્દ અને પ્રાણનો ત્રિવેણી સંગમ થયો. ત્યારે દિવ્ય જ્યોતિ સ્વરુપ સદગુરુનો અંતરઘટમા દિદાર થયો. ત્યારે બુધ્ધિમાં જ્ઞાન પ્રકાશ થયો. અને બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બની. તથા અહંકાર પણ ઓગળી ગયો ને ચિતમાં વૈરાગ્ય થયો. આમ આખું અંતઃકરણ બ્રહ્માકાર થયું અને ખુશી આનંદ મંગળ વર્તાણા. બાપાશ્રીએ મને એક યુક્તિ બતાવેલી કે ....

જો આપણે ઈશ્વરના નામમાં, તો ઈશ્વર આપણાં કામમાં
પણ જો આપણે આપણા કામમાં, તો ઈશ્વર એના ધામમાં.

તો એ મુજબ મારી સૂરતા સતત શબ્દ સાથે જોડાઈ રહે તેવા પ્રયાસો કરતો. તેથી નામની દિવ્ય શક્તિઓ, પ્રાણ તથા ઈન્દ્રિયો ધ્વારા મારા સંસાર, વહેવારના બધા કાર્યો કરાવી લેતી. હું તો માત્ર સાક્ષી ભાવે અનુભવતો. અને જ્યારે પણ એ કાર્યો મારી પ્રાકૃતિક બુધ્ધિ પ્રમાણે કરતો, ત્યારે મને માનસિક અને શારીરિક થાક અનુભવાતા અને કાર્યના પરિણામથી પૂરો સંતોષ પણ ન થતો.

હૃદયમાં થોડો ભય અને અશાંતિ રહેતા. આવા મારા જાત અનુભવ પરથી યુક્તિ પ્રમાણે મારી સૂરતાને હર હાલતમાં સત નામમાં ડૂબેલી રાખવાના પ્રયાસા કરતો. આમ અભ્યાસ કરવાથી સૂરતા શબ્દનો યોગ સધાય ગયો. ને સૂરતા સહેજે પોતાની મેળાએ સતત એકધારી શબ્દ સાથે રહેવાથી બ્રહ્માકાર બની ગઈ. તેથી કરીને અહંકાર ઓગળી ગયો. બુધ્ધિ પ્રજ્ઞાવાન બની અને મારા હૃદયમાં સુખ, શાંતિ, સંતોષ અને નિર્ભયતા સતત જળવાય રહેતાં.

બાપાશ્રી ચેતનના બોધની વાત સમજાવતા કહેતા કે જ્યાં વેદનું કંઇ વદે નહી અને ગીતાને પણ ગમ નહી. એવા ચેતનનના બોધની તો કોકે કરી શોધ એવા હજારોને મળે બોધ તો પણ એમા હાલવાવાળ કોક જો કોઈ જ્ઞાન-વિજ્ઞાન પ્રમાણે હાલે તો તેને ચેતનાનો અનુભવ થાય, ત્યારે તેની બુધ્ધિમાં અજવાળું થાય અને પોતાના સ્વરુપનું ભાન થાય.

ત્યારે ગુરુગમ આવે અને સદગુરુની સાન સમજાય તો એ ગુરુગમ વડે આગમ ને નિગમ સમજાય. આગમ કે'તા સંતોની વાણી અને નિગમ કે'તા વેદો, ઉપનિષદો, સતશાસ્ત્રો, વગેરે. તો આ પંચમ વેદની વાતો શાસ્ત્રમાં લખાણી નથી, સંતો તેમની વાણી ધ્વારા કહે છે. એ ગુરુ-શિષ્યનો બોધ આદિકાળથી ચાલ્યો આવે છે. આપણે ઘરેથી નીકળેલી કોઈ નવી વાત નથી.

આમ સૂરતા શબ્દનો અભ્યાસ કરતાં ૩ વર્ષ વિતી ગયા અને વર્ષ ૧૯૮૮ માં જી.ઈ.બી.ના આદેશ મુજબ જામનગર સીટી ડિવિઝનમાં કાર્યપાલક ઈજનેરનું કાર્ય સંભાળી લીધું. જ્યારે બાપાશ્રીને મારા આંતરિક અને બાહ્ય અનુભવોનું શક્ય તેટલું વર્ણન કર્યુ અને કહ્યું કે આપની દયા, કૃપા થકી મારી વહેવારિક અને આધ્યાત્મિક બધી જ સમસ્યાઓ ખૂબ જ સરળતાથી હલ થઈ જાય છે.

ત્યારે તેઓશ્રીએ કહેલું કે એની અમને કાંઇ ખબર ન હોય પણ સદગુરુના બોધમાં વિશ્વાસ રાખીને સ્મરણ ભજન કરવાથી જે નામ તમે પ્રગટ કરેલ છે. તે નામના પ્રતાપે બધા પ્રશ્નોનો ઉકેલ આવતો હોય છે. હવે તમારે નામમાં શ્રધ્ધા રાખીને બધા કાર્યો કરવા. એવા અનેક અનુભવો થવાથી બુધ્ધિમાં નામ પ્રત્યે નિષ્ઠા બંધાય જશે. ત્યારે જીવન મુક્તિની દશા અનુભવાશે.

સામાન્ય રીતે દરેકને જીવનમાં નાની મોટી સમસ્યાઓ આવતી હોય છે. એ રીતે મારા જીવનમાં પણ સમસ્યાઓ આવતી અને આવે પણ છે. પરંતુ સદગુરુના બોધ અને સતનામના પ્રતાપે એ સમસ્યા મારા માટે પ્રયોગ બની જાય છે અને નામની મદદ વડે યુક્તિથી એ પ્રયોગનો ઉકેલ સરળતાથી આવી જાય છે. અને હર હાલતમાં હું આનંદ અનુભવું છું. આ સુક્ષ્મ વાત જગત દૃષ્ટિએ સમજી સકાય તેમ નથી પણ ગુરગમ હોય તો સમજી સકાય છે.

મારા ધર્મપત્નીની જ્યારે ઈચ્છા થઈ ત્યારે ૧૯૮૨ માં બાપાશ્રીએ તેમને પણ સતનામનો બોધ આપ્યો. તેણીએ પણ સ્મરણ, ભજન, ધ્યાન કરીને અંતરઘટમાં નામને પ્રગટ કરી લીધેલ. અને બુધ્ધિ વિવેક (જ્ઞાન-પ્રકાશ) વાળી થવાથી અમારું સાંસારિક જીવન કોઈ પણ જાતના મતભેદ વગર સુખ-શાંતિથી પસાર થતું. અમારે ચાર સંતાનોમાં બે પુત્રીઓ અને બે પુત્રો છે. પત્ની ઉતમ ગૃહિણી તરીકેની ફરજ બજાવતી હતી. જેમ કે રસોઈ બનાવવી, સાફ-સફાઈ કરવી, બાળકોનો સારી રીતે ઉછેર કરવો અને તેમના શિક્ષણમાં ધ્યાન આપવું. જોઈતી ચીજ-વસ્તુની ખરીદી કરવી. વગેરે, વગેરે, સંપૂર્ણ વહીવટ જાતે કરી લેતી. આમ અમે બને વિવેકથી પોત-પોતાની ફરજ શાંતિ અને સરળતાથી બજાવતા. સમાજીક અને વહેવારિક પ્રશ્નોનો ઉકેલ કરી લેતા. જેમ જેમ પુત્રીઓનો કોલેજનો અભ્યાસ પૂરો થતો ગયો તેમ તેમ તેમની પસંદગી પ્રમાણે બને પુત્રીઓના લગ્ન પણ થઈ ગયા. બને જમાઈ એન્જીનીયર છે. અને પોત-પોતાની ફેક્ટરીઓ ચલાવે છે. સુખ-શાંતિથી જીવન પસાર કરે છે. એક પુત્ર દાંતનો ડોક્ટર

(બી.ડી.એસ) થયો છે અને ગોંડલમાં પ્રાઈવેટ પ્રકટિસ કરે છે. અને બીજો પુત્ર માનસિક રોગનો નિષ્ણાત (એમ.ડી.) થયો છે. અને પોરબંદર સરકારી સિવીલ હોસ્પિટલમાં પોતાની ફરજ બજાવે છે. બને પુત્રોના લગ્ન તેમની ઈચ્છા મુજબ થઈ ગયા છે. અને સ્વતંત્ર રીતે પોત-પોતાનો સંસાર આનંદપૂર્વક ચલાવે છે.

જી.ઈ.બી.ની ફરજમાંથી નિવૃત થયા બાદ ત્રણેક વર્ષ બાદ મારી વહેવારિક ફરજો પૂરી કરીને અમે બનેએ એવી સમજુતિ સાધી લીધી કે શેષ જીવન જતિ-સતિનો પાઠ ભજવીને વિતાવવું એટલે કે જતિનેય કોઈ સતિ નહી અને સતિને કોઈ પતિ નહી. આમ ગૃહસ્થાશ્રમમાં રહીને સંન્યાસાશ્રમના નિયમોનું પાલન કરવું અને પૂર્ણ રીતે બ્રહ્મચર્ય પાળવું.

આમ સૂરતા શબ્દમાં રાખીને જળ કમળ વત જેવા થઈને રહેવું. આવું આયોજન કરવાથી મને સતશાસ્ત્રોનું વાચન, સત્સંગ, ભજન, ધ્યાન, સમાધિ માટે પૂરતો અવસર મળ્યો. તેથી કરીને ઉતરો ઉતર આંતરિક વિકાસ વધવા લાગ્યો અને ધ્યાનની એક પછી એક ભૂમિકા પાર કરતો ગયો. મારી સૂરતા જે નામમાં રમણ કરતી હતી તે હવે વધુ અભ્યાસના યોગે વચનમાં રમણ કરવા લાગી છે.

વર્ષ ૨૦૨૧ ની શરુઆતમાં મારી નાની પુત્રી દિશા કે જે મોરબી છે તેની પુત્રી હેત્વીએ બી.ડી.એસ.નો અભ્યાસ પૂરો કરીને એમ.ડી.એસ.નો અભ્યાસ કરવાની પૂર્વ તૈયારી કરી રહેલ છે. તેણીએ આગ્રહ રાખ્યો કે, “બાબા (મારા કુટુંબમાં મને બધા બાબાથી સંબોધન કરે છે.) તમે જે સત્સંગની વાતો કરો છો તે મને ખૂબ જ ગમ છે. મારા માટે એ જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની વાતો મને ભવિષ્યમાં કામ લાગે તે રીતે લખીને આપો. તેથી સૂરતા શબ્દના સહજ યોગના મારા આત્મસ્વરુપના અપરોક્ષ અનુભવના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનને શક્ય તેટલું શબ્દ સ્વરુપ આપીને અહી પુસ્તિકા રુપે રજુ કરેલ છે.

આમ મારા માતુશ્રી અને બાલયોગીશ્રીના સહયોગથી સંતના શરણની લાયકાત કેળવીને સંત શિરોમણી શ્રીસદગુરુદેવ શ્રીહરિરામબાપાના શરણે રહીને તેમના બોધ પ્રમાણે સ્વસ્વરુપના જ્ઞાન વિજ્ઞાનનો અભ્યાસ કરીને, આત્મસાક્ષાત્કાર કરીને, નિજ સ્વરુપમાં સ્થિત રહીને, જીવનમુક્ત દશામાં સુખ, શાંતિ, સંતોષ અને આનંદથી મારું શેષ પ્રારબ્ધ વિતાવી રહયો છું.

તો મિત્રો, આપ પણ જીવનમુક્ત દશા પ્રાપ્ત કરો તેવી પ્રેમપૂર્વક શુભેચ્છા સાથે,

દાસાનુ દાસ દિલસુખના

સત રામ રામ, ગુરુ પ્રણામ, જય ભગવાન સ્વીકારશો.

õ õ